

মনিপুরদা ঈরাং থৌনিরোনগা

লোয়নরকপা হিদাক্লোন

(MONOGRAPH ON RITUAL HYMNS & CHANTS OF MANIPUR
AS SOURCES OF INFORMATION ON MEDICINAL PLANTS)



মনিপুরদা ঈরাং থৌনিরোনগা লোয়নরকপা হিদাক্লোন

(MONOGRAPH ON RITUAL HYMNS & CHANTS OF MANIPUR AS
SOURCES OF INFORMATION ON MEDICINAL PLANTS)

Part - I

M. Gourachandra

Published by :

The Peoples' Museum, Kakching
with financial assistance from the Department of Culture,
Ministry of Tourism and Culture, Govt. of India,
New Delhi - 110001

**MONOGRAPH ON RITUAL HYMNS &
CHANTS OF MANIPUR AS SOURCES OF
INFORMATION ON MEDICINAL PLANTS.**

By M. Gourachandra

Cover designed by

Times Offset Printers, Kakching

The Peoples' Museum, Kakching, Manipur.

Year of publication 2005

Number of copies . 1500

Printed at :

**Times Offset Printers, Kakching
Kakching Khongnang Mari Phangba,
Chandel Parking, Manipur - 795103**

MONOGRAPH ON RITUAL HYMNS & CHANTS OF MANIPUR AS SOURCES OF INFORMATION ON MEDICINAL PLANTS

From time immemorial ceremonial rites and rituals have been observed in Manipur. The ceremonies such as: of birth or death, of Ipanthaba (worshipping for the longevity of the baby's life on the sixth day of birth), of marriage, of inauguration of houses, and of the last rites of death known as phiroi. Along with the worshipping of gods and goddesses for the household prosperity a grand feast is arranged. Laiharaoba festival is one of the important ritualistic ceremony and socio-religious institution and has its cultural value on various aspects. It is performed for growth and prosperity of the community. People pray to gods and goddesses to ward off evil spirits, misfortunate happenings and illness so that prosperity and welfare will be prevailed in the family as well as for individuals. Besides it, there are special worships for the kings or the royal family members. Special rites and rituals associated with various events have been conducted from time to time. There is no fixed time of such a ritual ceremony. It is performed as a compulsory item. When there are threats and misfortunes to the kings and their subjects, bad omen as prophecies, drought, flood, wars etc. such ritual functions are performed.

It is believed that the gods or goddess appear in front of the person(s) who worship them when the ritual hymns and chants are performed accurately. It is believed that those hymns and chant make the people free from poverty or sorrow and brings victory in their life and battles as well as longevity. The hymns and chants are recited without error and it can cause rainfall, thus brings happiness to the people who suffered drought. In

cremation, the burning of the corpse after a prayer to the god of fire, then it is believed that the soul remains along with the forefathers souls in peace. Early man used to worship certain as gods. Along with the worshipping of fire, even, fire, water, air stone, big trees, snakes, are worshipped with ritual objects. Each has particular stone, lake, tree, fruit, flower ritualistic functions as totem. With this ritual acts, trees or other living beings are offered as the scape goats of the ailing persons protection from the ill luck and sorrows. For example - when the king falls as the victim of ill luck, the tree known as 'Mitam-U' (U-means tree) that grows at the groves of Wangbren, is worshipped. Even the place of rites specially for the king is reserved. Those holy places in the campus of Kangla are reserved for the ruling king. Nobody is allowed to worship there. These is a separate rite to be done at the Kangla for the ruling king. The mode of the rites are as follows: offering of duck, pigeon, fowl, mithun etc. besides the plants, clothes, fruits, flowers, sweets are included in this ritual act. Not only of the kings, for the common people too, this type of offering is done. It is a custom, when a man is suffering from scabies, the rite should be included 7 leaves of *lallukok* (a local plant), 7 leaves of black *tulsi*, 7 leaves of Rama *tulsi*, 7 leaves of uhal - those leaves should be plucked breathlessly and mantras be cited upon them. The Mantra is *Hai Guru, nakokna mang-i hayduna Taothungmang Kou-i. Nayai thigangna tai-i hayduna taoroinai koue. Nameina mongi-i hayduna yoinmongba kho-e. Nakokna mangbasu mangpharoi, nayai thigangna taobasu taopharoi, nameina mongbasu mongpharoi.* A separate mantra should cited upon the 7 leaves of *lallukok* i.e.

Lallukok nahak asi

Taibang meena laida lamlallaga

Nangna Koklasi haynasi haybadu

Ngasi makhei koknarnsi.

After reciting this mantra upon water, these leaves should crushed, stirred and be asked to drink and massage on the body.

Among the plants there are various kinds of them. Some of them can be eaten fresh and some are eaten cooked ones. There are some plants that are used as medicine only. Such plants are not used as curry or edible ones. Plants used as vegetables and medicine have different tastes, tasteless, sweet, bitter, salty, sour, hot, scent, odor etc. These plants are made into medicine by itself or mixing with each other. While drinking or massaging mantras are cited and physicians detect the disease by seeing the condition of the body and checking the impulses. They make medicines according to the diseases. Some of the water plants of Manipur: Tharo, Thambal, Heikak,

Thangjing ngachak khom-on nganujin, charang, eeshing kondon, koukha, kaothum, kambong, soribon etc. and land plants are heibi, heiba, heibung, heirit, heibong, heitroi, heining, heiyai, heibop, heithup, heikha, heiri, heimang, heiyen, heinoujom, heikrukotkong, heigreng, heinou, heikru, heirubob, heijang etc. (in Manipur uterary meaning of hei is fruit).

Anggot, awathabi, asiheibung, ingellei, uthao, u-yin, uthum, unap, uttang, ukhok, ui, uthambal, uyung, unighthou upal, uchan, usingsha, uchithi, okhidak, kege, ketuki, kangraibi, keli, kewa, koubruyai, kang-ngu, kanguman, khang, khangla, khomdrokpi, ngang, ngairong, ngamuyai, chomlang, chumphrei, chorot, chorphon, chumthang namthibi, chumthang, tairen, taimareng, tuningkok, tekhaoyaikhu, tengnou, tejpat, tarung, tulsi, tomal, theibong, thangjauri, nongmangkha, naosheknam, ningthoukhongli, nongnangkhoi, nurahei, pulleimanbi, pullei, peruk, ponbi, phunin, moubi, malhei, mukthubi, misi, mayokfa, manahei, yangou, yaisagol, yaipal, yai thamnamanbi, yaimu, yairi, yaingang etc. Some of them are short live.

These plants are used in various ways. The whole plant/flowers are used in making household things as well as medicine and edibles. Living beings on the earth feed on these plants. In earliest days, there were many medicinal plants/trees in Manipur. The maibas, make medicines after they detected the disease. We should take up plants for the protection these valuable plants from untimely damages and preserve them.

The project on publication of Monograph on the ritual hymns and chants of ancient times shall throw new light on the aspects of the health of the community, a disease free polity, and how an environment of mental and moral equilibrium were sought by the Manipuri people, through their religious and sacred observations on medicine. So far information on indigenous medicine had not been properly brought out in the public sphere. The publication shall be a big contribution to the knowledge system for public health and welfare.

লাইশোন তিনশোন অমসুং হিদাকী হৌরকফম

RITUAL HYMNS & CHANTS OF MANIPUR AS SOURCES OF INFORMATION ON MEDICINAL PLANTS

মহাংপম্ৰম গৌবচন্দ্র

মহৌশাদগী মনিপুবদা লাইগা মবী লৈননা ঈবাং থৌনি কয়ামকম পাঙথোক্তুনা লাকই। থৌবমশিংদি – পোকপা শিবগী মনুংদা লৈবিবা, ঈপান থাবা (ষষ্ঠি পুজা), লুহোংবা, ঘুম শঙ্গাবা শোবাৎনচিংবা। নুঙাই য়াইফনবা লাই তিন খুকম্বগা লোয়ননা চাকখাঙদুনা মীবু পেনহল্লি। শাগৈ অমসুং খুনগী ওইবা চাকহোং ঙাহোংদুনা অফবা পিবীনবা শাগৈ অমসুং খুনশিংনা মথোয় মথোয়গী লাইশিংবু ঈবাং থৌবম তৌদুনা হবাওই। ল্লাই মীওইশিংগী অফ ফত্ত, অনা অযেক খুদিংদা লাইদা থৌনিদুনা অফবা পিবীনবা খুকমজ্জৈ। অসিদা নঙনা লৈবাক নিংথৌতগী ওইবা ঈবাং থৌনি তোঙান তোঙানবসু লৈ। থৌথোক থৌথোকী মতুংইন্না ঈবাং থৌনি পাঙথোকই। ঈবাং থৌনিশিং অসিগী অকক্লবা মতম লৈতে, তৌদবা যাদবা থৌথোক বাথোকী মতুংইন্না ঈবাং থৌনি তৌই। তৌদবা যাদবা থৌবমশিংদি নিংথৌগী দশা পাঙদববা, লৈবাকী খুদোংথিববা, লাইগী তৌহৈদবা খুদম উৎলবা, নোং তাদদুনা কুম কাংলবা, শাফম লালফমনচিংবা কয়াগা মবীলৈনবশিংনি। ঈবাং থৌনিগী থৌবমদা লাইশোনবু নিয়ম চুন্না খোছোক কাইদনা মযেক মশোন লানহন্দনা শকচ শোনজবদি মানা-মানা নীংজবিবা লাইদু চোংথোকপিবকই হাযনা থাজনৈ। লাইশোনশিং অদুনা অনা অযেক অৰাবদগী কনবী, পুন্নি নুংশাংবা পিবী হাযবগী থাজনবী লৈবকই। লাইশোন মবোন চুন্না থিবনা নোংচুবা ওমহল্লি। ধম্মগী থাজবী মতুংইন্না মৈ কৌবা লাইদনা শিববা হকচাবু কক্তুনা থৌনিবগা পোংলৌই। থবাইবু মপা মপুশিংগী মফমদা শিন্নথিবন্মী। অঙনবা মতমদগী মীওইবনা মথোয় মথোয়না থাজনবী পোংশক্তা লাই ওইনা নীংনবন্মী। মৈবু ঈবাং থৌনিবগা লোয়ননা নুমিৎ থাবু খুকল্লে। মথোয়দা অঙকপা অকিবা ফাওবা, মৈ, ঈশিং নুংশিং, নুংজাও, উজাও, লিন্নচিংববু ইবাং পুজা তৌদুনা খুকমই। শাগৈ শলাইশিংগী ওইবা নুং, পাং, উ, হৈ-লৈ তোঙান তোঙান্না লৈ।

ঈবাং থৌনিগা লোয়নবকপা পান্ধী অমসুং জীবশিংনা হিদাক অমসুং উশিন তৌদুনা অৰা অনাদগী ঙাকথোক্লবা হোংনবকই। উশিন তৌদুনা খুকমজবা খবদং পনজবা তাববদি – নিংথৌগী দশা পাঙদববা মতমদা শুগ্ৰুদা লৈবা হাংব্রেন লাইগী উমংদা হৌবা ‘মিতমউ’ কৌবা উপান্ধীবু পুজা তৌই। ঈবাং থৌনি তৌফম অসি নিংথৌতগী ওইবা তোঙানবা মফম লৈ। খুদম ওইনা হাযববদা কংলা মনুংগী

(ii)

লাইফম পুন্নমক পাল্লি পাল্লিবা নিংথৌতগীনি, কনাগুন্না অমত্তনা খুরুন্না য়ারমদে। লৈবাক নিংথৌগী মবমদা কংলাদা তৌগদবা ঈরাং থৌনি (পুজা) লৈ। পুজাগী মওংদি – ঙানু, খুনু, য়েন শন্দংনচিংবনা উশিন তৌদুনা খুরুন্না, পান্দিশিংগা লোয়নবা ফিরোই ফিঙাম য়াওনা হৈ-লৈ, অথুম অহাও কত্তুনা খুরুন্না তৌনরকই। নিংথৌতগী নত্তনা খুঙ্গংগী ওইবা থৌরমশিংদসু উশিন তৌবগী চংনবী লৈরকই। মদুদি – ফুগামনা নারবা মী অমদা লাল্লুকোক মনা ৭, রাম তুলসি মনা ৭, উহল মনা ৭ অসি নুংশা শোর হোন্দনা হেঙ্কগা মনা খুদিংদা মন্তু অসি শোনগনি। মন্তুদি – “হাই গুরু - নকোক্কা মাঙই হায়দুনা তাওথিংমাঙ কৌই। নয়াই থিগাংনা তাওই হায়দুনা তাওরোইনাই কৌএ। নমৈনা মোংই হায়দুনা য়োইমোংবা কৌএ। নকোক্কা মাঙবসু মাঙফরোই। নয়াই থিগাংনা তাওবসু তাওফরোই। নমৈনা মোংবসু মোংফরোই। লৈনুং খরো গুরুগী য়াথংনে”। লাল্লুকোক মনা ৭ অসিদি লাইশোন অমা তোপ্পা শোনগনি। মদুদি – লাল্লুকোক নহাক অসি
তাইবং মীনা লাইদা লমলাল্লগা
নংনা কোক্লসি হায়নখি হায়বদু
ঙসি মঠৈ কোক্লরসি।

লাইশোল অসি শোল্লগা ঈশিংদা মনা ময়াম অসি নৈখাইরগা পিথকউ, খরা মশাদা তৈয়ু।

লৈশেম নোংশেমঔদগী খোঙনা চংপা থরায় পানবশিংনা পান্দিশিংগা থাদোক্কা যাদনা লাকই। পান্দি হায়বদি লৈপাক্তা থিনগত্তুনা হৌবা মঠৈ পান্দি। মথোয়সু মী, শা, উচেঙ্কমনা থরাই পাল্লি। মগী মগী মতম লৌইরগা শিবা ঙাঙনি। পান্দিনা মথকলোমদা হাইগংলিবা অদুনা মখারোমদা মরা তাই। মরা অদুনা লৈপাক্তগী লৈহাও চিংখত্তুনা মরেপ ফাহল্লি অমসুং নুংশিত্তা তুদে। মরুদগী মথক্তা হাইগংপা শরুক অদুবু পান্দি মচাগিনা মথোক, অটৌবগীনা মউ কৌই। মথোক, মউ অসিগী মতোন মশা মরেং মনা ময়াম অদুনা নুংশিত্তগী চিঞ্জাক লৌশিল্লি। ঈশ্বরনা শেস্তা পোংকী মনুংদা পান্দি খিবিক অসিনা মীওইববু য়ান্না কান্নহল্লি মীওইবগী হিংবদা চঙদবা যাদ্রবা অথোইবা পান্দি ওইরি। পান্দিশিংগী মনুংদা হিংনা চাবা য়াবা থোংলগা চাবা য়াবা মখন কয়ামরুম লৈ। য়েনশাং ওইনা শিজিন্নবা যাদবা হিদাক ওইনতা শিজিন্নবশিংসু লৈ। চাবা য়াবা অমসুং হিদাক ওইনা শিজিন্নবা পান্দিশিংগী ময়াক মহাওদি – অচন্না, অথুন্না, অখাবা, অয়াকপা, অরেঙবা, অশিনবা, অফকপা, শাগংপা, মনম নুংশিবা, মনম নুংশিদবা অসিনচিংবনি। পান্দিশিং অসি অমগা অমগা য়ান্নরগা নত্রগা য়ান্নদনা হিদাক শেমই। হিদাক শেস্তা, তৈবা, পিথকপা মতমদসু লাইশোন শিজিন্নরকই। মাইবনা হকচাংগী ফিভম অমসুং মিহ্ন মতুংইল্লা অনাবগী লাইওং লাইশক তাকই। অনা লাইওংগী মতুংইল্লা হিদাক তৌই। মনিপুরদা ঈশিং অমসুং কংফানগী শরুত্তা হৌবা পান্দিশিং খরদং পনবা তারবদি – ঈশিংদা হৌবশিংগী মনুংদা – থরো, থন্সাল, হৈকক, থাংজিং, ঙাচক খোমঙন, ঙানুজিন, চরাং, ঈশিং কোন্দোন, ঈশিং য়েনশাং,

ঈশিং লাংথবৈ, কোম্প্রক, কোম্প্রক তাউপ্পা, কৌদ্রাংকোন, কৌখা, কাওথুম, কম্বোং, সোবিবোন অসিনচিংবা। তম্পাক অমসুং চিংগী শব্দক ওইবা কংফান্দা হৌবা পান্থীশিংদি – হৈবী, হৈবা, হৈবুং, হৈযিং, হৈবোং, হৈত্রোই, হৈনীং, হৈযাই, হৈবোপ, হৈতুপ, হৈখা, হৈবী, হৈমাং, হৈয়েন, হৈনৌজোম, হৈককোকতোং, হৈকগেং, হৈনৌ, হৈক্ৰু, হৈকবোপ, হৈজাং, অক্সোং, অরাথবী, অশি হৈবোং, ইঙেই, উথাও, উয়িন, উথুম, উনান, উনপ, উতং, উখোক, উই, উথম্বাল, উয়ং, উয়ুম, উনিংথৌ, উপল, উচান, উশিংশা, উচিথি, ওকহিদাক, কেগে, কেতুকী, কঙ্গাইবী, কেলী, কেব্রা, কৌক্ৰু যাই, কাংঙু, কাংঙুমান, খঙ, খাঙলা, খোমদ্রোকপী, গাই, গাইবোং, গামুয়াই, চোম্বাং, চুংম্ফ্র, চুমাং, চোবোং, চোবফোন, চুমথাং নমথিবী, চুমথাং, তাইবেন, তাইমবেং, তুমনীংখোক, তেখাওয়াইখু, তেংনৌ, তেজপাং, তকং, তুলসী, তোমাল, থৈবোং, থাংজ উবি, নোংমাংখা, নাওশেকনম, নিংথৌখোংলী, নোংনাংকেবী, নুবাই, পুংলৈমানবী, পুংলৈ, পেকক, পোনবী, ফুনিং, মৌবি, মালহৈ, মুকপ্ৰবী, মিশি, মায়োকফা, মনাই, যাঙৌ, যাইশগোল, যাইপল, যাইথমনামানবী, যাইমু, যাইবী, যাইঙং অসিনচিংবা পান্থী খবদি চাহি অমগী মনুংদা মতম খবা হৌবম্নগা শিখি। ওল্লকপা চাহিদা মক নত্রগা মকদগী নৌহৌনা অমুক হৌকৎলকই। পান্থীশিং অসিনা যুম, কৈ, শাবা হিদাক ওইনা শিজিন্নবা মইহৈ, মপান চাবা যাবা কয়া অমনি। পান্থীশিংগী মতেংনা তাইবংপান্দা লৈবিবা মীওইবনচিংবা জীবশিংবু হিংহন্দুনা লাকই। অনা অযেকীদমক্তা মনিপুবদা মাইবা মখন খবা লৈবম্মী। মদুদি – খুংনা শাবা মাইবা, মন্দুনা শাবা মাইবা, হিদাক্কা শাবা মাইবনি। মাইবশিংনা পান্থী অয়ান্মগী মশক খঙদোক্তুনা হিদাক মচন শেম্মম্মী। অনাবা লাইওং অমসুং হিদাক মচনশিং খবদং হায়জবদা –

নুংশিং অপাইবী (হিংচাবী) না নাববদি – বামতুলসী মনা মনম নমদুনা তিন যোংলু অদুগা মনাদু নৌইবগা হকচাংগী নুংঙাইতবা মফম অযান্মদা তৈযু।

স্বাংগোইবী নাববদি – তোমাল মইহৈ নঙনা ফুংলগা তৈবা ফৈ।

শৌ চোংথোক্লবা – শৌ যুবা (তিংখং যুবা) মফমদা অঙোম যেনশিন থোমউ চোংথোকপনে।

থিবুম ফাইবা – উশিংশা ফুংতুনা মহি থক্লবসু ফৈ।

পৈ তাবা – খুজুম পেবেগী উতিনে, হৈববোপ মশিননে তিন্নদুনা তৈখংলু পৈ তাবা ফগনি।

অসুম্বা অনাবা মখনশিংদা মফমসিদগী ফংবা পান্থীশিংনা হিদাক শেমদুনা লাইয়েংলম্মী। অসিগুম্বা মনা মশীং পান্থীশিংনা শেম্বা হিদাক্কী মপান্না পুন্সি নুংশাংনা হিংলকই।

অদুগা হিদাক পিথকপা অমসুং চাবগী চাং অসি পোৎশক পোৎশক্কী মতুংইন্না লেপুবম্মী। খুদম ওইনা হায়ববদা মপং ওইবা পোৎ পিজবদা খুংপী অমসুং খুদোম্মীনা চল্পগী চাং, শাইবোং মকমুক চাওনা নত্রগা মঙ্গল মক, লশিংগী মকগী চাংদা পিজটৈ। মহিগী চাংদা থকপদা যাউম অমা, কাক্সল

অমা, কোঙ্ক্রেং মকু অমগী চাংনচিংবা শিজিন্নৈ। মনা মশীংনা শেম্বা হিদাকশিং অসি চাওরাকপা চাং
অমা য়েংলগা শেম্বরম্বনা অয়াম্বনি। বাঙ্গালা লৈপাক্কী আৰ্য্যা অমসুং বিলাতকী অরুম্বনচিংবা কম্বাগী
মশীং থিবগী চংনবীসু মমৈথংদা লৈরকখি। মমৈথংদা চংনরকপা হিদাক ওন্ননবগী চাং :-

হুঙ্কাম মরু ৬ না যব ১।

যব ৩ নত্রগা ফৌ ৪ না চংনিং ১।

চংনিং ৬ না আনা ১।

চংনিং ১২ নত্রগা আনা ১/২ না মাষা ১।

মাষা ৪ না তোলা মখাই ১ নত্রগা শন ১।

শন ২ না কোল ১ নত্রগা তোলা ১। অসিনচিংবা।

অনা অয়েক্কাচিংবা য়াওরকপা মতমদা মনা মশীংশিংবু হিদাক ওইনা শিজিন্নবা থোংদুনা নত্রগা
ফুতুনা শীংছু ওইনা চানৈ। পান্ধীশিংগী মকু, মরা, তফুনা তৈবা থোম্বা চংনরকই। মতম মতমগী
ওইবা লাইওং লাইচংকী মতুংইনা মাইবশিংনা লাইয়েংবগী চংনবী অসি অরিবা মতমদগী
থাদোক্কাদনা লাকই। অসিগুম্বা মতিক ময়াই লৈরবা লাইগুংকশিংগী খুদুং ইনজদুনা লাইরিক অসি
পুথোকচবনি। পুয়া লাইরিকশিংগী লৈরম্বা বানান কাংলোন্দা অয়াম্বা ইজৈ। মনুংগী লাভমদা য়াওরিবা
বাহৈ ব্রাতা পোংচঙ চৈচঙ কয়া অমসু খঙবা ওমদবা য়াওরি মনা মশীং পান্ধীশিংগী মমিংশিং খুঙ্কং
অমগা খুঙ্কং অমগা মমিং মামদবসু লৈ। মরম অদুনা হিদাক পান্ধীশিং মমিংগা কোন্ননা মশক খঙদবা
কয়া অমসু য়াওই। পাবিরিবা ইবুঙো ইবেম্বশিংনসু থিজিনবা নৈনবীবা মথৌ তাই। অরান অহুই
অশোয় অঙাম য়াওবদা তাকপিরকপবু হরাও হরাও লৌজগনি।

লৈমরেন থেল্লোন

তম্ফা ইমা লৈমবেন শিদবী
তম্ফা পিবিংনু অহ্মনু মাইবেঙ হৌবী
নোংদা নোংখন লেন্সী লাইখুবী চনু
চাখা নুবোল পীবোন য়ান্বী
লৈমা অহ্মনক শানওনবী শল্লাই খুনমাবী
লৈনুং য়াবীবোক নোংদা লাইবেন পাখংববু পোক্লিবী
ইচিক খুম্মা ওনলিবী ইশা খুম্মা তল্লিবী
ফুবেপ লৈমা লুজাওবী নাকথ লৈমা পাওদোইবী
লাবা শাবোঙ লপ্পেনকাদা
মোংবা মুমদাং শাংলিবী
যুম্জাও লৈমা পাহ্লেইবী
নাবাগী লৈমবেন নয়েঙগী পাহ্লেইবী
নতোম্মা নোংথাঙলৈমা লাংলেম্মা তল্লিবী
চাংদা কানা খোংনাংথাবী
তমদা কুম্মনা চুম্মাং লুবোইথেংপী
ছপ্পা মাপান থাবিবী হাবা মউ লিংলিবী
মুকফু পাবোংনবিবী কোলোম লেংথোংনবিবী
খাবা চাম্মা শিন্দাকপী অম্মাই চাম্মা শিন্দম্মলিবী।

ইপা ইবুংঙো লৈফু গুংক নামুংবা
উন তক্ক ঈবিবা রাওতক্ক ঈ-থাবা
ইঙা কুম্জেনবা ইঙেন কুম্মায়বা
নবুক্লা নোংথৌওই ননমনা মাঙবী শিদবা
শারা পাক্সন কাযদবিবা
পাবোং লীগুম্ম শোয়নদা হংগেন লীগুম্ম শাজংনদবা
তিনগোং লাইগ্ৰানা তৌবগুম্ম
নমৈবু নয়ানা চিঙ্গনা
চাগে থক্কে থেংদববা

মনিপুরদা ঈরাং ধৌনিরোনগা লোয়নরকপা হিদাক্কোন

ঈশিং কনমবদা য়াহিগ্না

নথক পুঙগা থোনবা নথা থোংগা তৌবা

লুমাঙ শমজি পুন্লগা পছৌ কৌবা পাউখুন্না

লুতুং শমজি পুন্লগা পলেম কৌবা পাউখুন্নি

খোইয়ম লাবা অমোম শক্লিবা ইবুংঙো ইবেম্মাদি

পাবোং লীগুম শোয়নদা হংগেন লীগুম শাজংনাইদিরিবা।

গুরু চাংঙু কোরৌ ইনোংথৌ

খোইয়ুম রাংবা ইকাশা গুরু সনা নিংথিবা

শক্লেং রাখায়চেং খায়জেং অরিবদা ফমফমবা

নশানৌ ইবুংঙো থোংনাং লীশিঙ চাইবা

লীশিঙ চাতরেং চাইবা

শুমাং ঈ-তাবা লৈনাম উকাবা

থক্তনা পাত্র য়ুথকপা লাল্লোই খোয়বেন তোয়বা

নোংথী কোংযাঙ রাচুমশুবা

লোক্কৌ পানম নানমখাঙনা

থোংনাং চাবা রাপনফাবা

খোঞ্জন য়াইবীরেন শিদবনা

শঙ্খা নুংওন পুন্লীং ছবা গুরু সনা নিংথিবা

নশানৌ ইবেম্মা লৈমা তামু

নিংথৌ কাংবা মোরিয়া ফন্সানচা

তম্ফা হুইজিক হুইমিংনাবী

চাংনুং য়ামশারিক অপিশক্লা

য়াকা নিংথৌবী চনু

গুরু অহম্মদি পাবোং লীগুম শোয়নদা

হংগেনলীগুম শাজং নাইদনা

খ্রম চোতে লুপাক মনুংদা

লৈবাংকোক্তা মৈগা লাক্লা য়াতারিবা ইবুংঙো ইবেম্মা।

ইমুংগী ওইবা লাইভিনগী থবক তৌবা খুদিংদা ইম্মা শৈয়রেন হাম্মা খুৰুমগনি।

সনামহি থৌনিরোন

হে গুৰু ! যাইবী য়েনহৌঙৈ অমম লৈশা হাল্লকপা
 তবং লাইজ ঈ-পোকপা পোইদিং ঈ-কা ফবকপা
 পবিং লংসুং তিংলকপা উকাক মাইথোঙ যাল্লকপা
 শকথোঙ মাইহেলবকপা নুংমু পীমাবা
 নুঙ্গাং মহাবাবা খোঞ্জন যাইবীবেন শিদবা
 অমম লৈশা হাল্লকপা অৱাংপুঙদা লোনবা
 শঙ্কোং পুঙমাই লেপ্লা শঙ্কোং কাজাওয়াবা
 খবম চোতে লুপাক্তা লৈবাংলৈশংনা হেনমোইনবকপা
 তুবী নচী পাংমদী লুপা লোঙখুম পঞ্জন হুকপা
 তুবী নচী পাংমদা সনা লোঙখুম পঞ্জন হুকপা ।
 নতু তুবক খুদিংদা সনানা কোঙ্কোন থিনবা
 লুপানা হাজংইযবা নমিৎ চাম্মা পানবা
 ননা চাম্মা পানবা তাদ-খঙদ লৈতবা
 তুবী য়েকসু য়েকমাংদা লাইবেল য়েকসু য়েকশোইদা ।
 লাইবেন হৈগোই মশীংশুবা লাইবেল ফিবম ফবা ।
 নমৈ মৈতোৱা কোবৌথক্তা চুমথাং খাল্লিবা
 তুবী চীবেন পাংমনা লৈখাবোন্দা চাক্তাবিবা
 তুবী চীবেন পাংমনা যুমথোঙ খুদিং চাক্তাবিবা
 চিংঙ নংগী মোবোইশা ঙাক্তনি ।
 ননাই নচা নশুশিংনা নকুম কুমহৌবে হায়দুনা
 শংলৌ মথেন কংচবি
 হিংনা চাবা মবম চাম্মা শুবে
 ননাইশিংদা লোইমোম ফৌবান চাওবা পিৰীয়ু
 তবেৎ শেঙ্কাও চোনবা পিৰীয়ু
 কাওবেন শলগোন থনবা পিৰীয়ু
 শিদয়াই মপান থাবীয়ু নাদয়াই মউ লিংবীবম্মু
 ফত্ত হৌতি পুন্নমকসু হাওবৈ থা পাংনা হোইথবীখো
 ইবুংঙোদি কনবগী মকছোৱে কন্দুম কছোকপিবমউ

ঙাকপগী মঙাকথোক্রে ঙাডুম ঙাকথোকপিরমউ।
 ননাইনা খুবাক চাংজৌ তরানা
 লাইনিংথৌ খুয়া থম্বাল লৈকানুংদা পুনেমজরি।
 গুরু ।

সনামহি থেল্লোন

হে গুরু খোইয়ুম কংলৈ অশীবা
 থরায় তীল্লি শিদবা তীল্লি ঈতাও লাই নামুংবা
 শল্লেও পুঙমায় লেপ্লা খমনুং যাইথোঙ শীংসুবা
 শরা যাইথোঙ শীংথারিবা হে খোইমোম লাইয়িংথৌ
 চিংঙু যারা খোঞ্জেল্লেন্না মালেম মপুঙ লাকহৌরকপা
 তাইবং নোংসাপান মরোল অহুম্বকপু
 লাইজ তরংথজা লৈরি য়াঙলীশোল
 শিঙকাপ পরিংথানা মালেম লৈশেন্নকপা
 কোরৌ নোংহৌরকপা
 খোঈয়ুম সনা হকচাং তুখোঙ খুদিংদা
 তাইবং থরায় মশীংশুনা হাকোকপা
 কোবৌ নোংতুবা মালেম লৈতাইবা
 খোইমোম থকসি রায়েলবা চিংঙুখাসি নোংদম্বা
 তিংঙু নতে যাল্লা খোইমোম শালওন হকপা
 নাহমোং মৈতেংঙু লাইবেল নাওখম্বগী মপারি
 থাঙই নাওফঙ অহলবা ওইনা শালওল্লে
 নশানৌ নাওফঙ অতোম্বগা
 লাইম্না নোংজেং ঙাতা পাত্তা
 তুবি য়েকয়েংনা লাইরেল য়েজুম্বরবগা
 খোইমোম লাই ওইখিয়ে।

খোইমোম শালওন অমবক্তি
 থাঙই খোংজবোংবা মপাবি
 চিংজেন নাবল পাক্জনবা কৌনা শালওল্লৈ
 অরাং কৌবা ঈ-মকদা চিংপল পলশাবময়ে
 লমলেল শঙাইপৌদা কোবৌ নুমিং মঙানি ফাইবময়ে
 পাসা খুল্লেললৈদ খোইয়ুম লাই ওইখিয়ে।
 চিংঙু শালওল অমবক্তি
 লম্লেল লাংজা লৌপুঙফৈ পুঙফৈ লমনুংশিদা
 চিঙমাই চাছইবোং শরা নাওফঙচা
 ছপচিং লৌখৈ নিংখৌবা
 রাইনু চেংপাবাচাবু শালওল্লৈ।
 লাইবেল মৈতেংঙু খোঙতেকচা যোইবেলবনা
 চেপ্লা নখোঙ পায়বে মৈতেংঙুগা ওইবোইননা
 কোবৌ নোংদা পাইনা খোইমোম লাই ওইখিয়ে।
 চিংঙু নতেই খোইয়ুম নশালওল অমবক্তি
 লাইবেল মৈতেংঙু শেলবী মুংয়াস্বগী মশানৌ
 নোংবাল্লোন থিঙবা ওম্বিদা নাকলু ফিয়াল্লৈ
 খোইজি মিছল্লৈ লোইদাম থাসুবে
 নুমিং শীংসুববগা লরাই কোইবেল শাংনা
 খোইমোম লাই ওইখিয়ে।
 চিংঙু নতেই খোইয়ুম নশালওল অমবক্তি
 লাইবেল মৈতেংঙু নোংখৌবেল শেলবী খাগেস্বগী
 মশানৌ নোংবাল্লোন অঙৌবা চনু
 কোবৌ নোংখিলচাইবীগী গর্ত মীপুক চঙনা
 নাওনৌবে।
 শাম্ন পাওদোই হৈবরুদা মোংবা যুন্নিংতুংগী
 শুমাই নুংলাংপাল শেলবী অপোঙ ইংখোলেঙ্গগী
 পামেল উতোলথক্তা কানা খোইয়ুম লাই ওইখিয়ে।
 চিংঙু নতেই খোইয়ুম নশালওল অমবক্তি
 খোইসনাম নিংঙোলবীগী য়াংকোল মনুংলাংদা
 তবেংখোংফাংলৈ থাংলৌ মবিল শিংপগী

মনিপুরদা ঈরাং খোনিরোনগা লোয়নরকপা হিদাক্লোন

খাবী মরুপ ওইনা শালওলৈ
 চাংঙু নতেইদি খোম্মা লৈশাংখোংচাগা
 লেইলৈ ওরম চংমন্ন শারেল পুঙমদববু
 লনকুবীরময়ে।
 চাংঙু নতেই খোইয়ুম শালওল অমরজি
 লাইবেল মৈতেংঙু নোংখৌরেল শেলবী খাগেশ্বগী
 খোল্লেল মংলানচান্দা লাইবেল ইপা মৈতেংঙু-ও
 তোল্লোং লম্মহল লাল্লোই হয়িংখোংবু ওল্লোমনা
 চাংঙু ইকাইফনু শালশেম-ও
 নোংয়াই লৈশাংখোংদা খোইয়ুম ইকাইফম অমা শেমও
 নোংখৌরেল শেলবী খাগেশ্বনা শালশেমখিয়ে।
 চাংঙু মতিক অরুবদি
 লাইবেল নোংখৌরেন শেলবী খাগেশ্ববু
 থোংনাং কাতি হিদেন্দা মঙ্গল খুস্তা চলগে তৌববু
 চাংঙু নরলকু খোইয়ুম নথৌজামা চানবীরকয়ে।
 লোইদাম নকুমতম চাংঙু নকুম খায়বু তেংথাজবনে।
 হে খোইয়ুম সনা নিংখিবা চাংঙু তেলনা লানবন খম্মা
 মাচেঙু কাইরৈতোকলামখামগী চুনবা।
 কাইরৈ য়েল্লক চংপবু য়েলহৌদবা।
 তেকপী ওকথোঙখম্মা কাইরৈ য়েছোঙ ওাকলিবা।
 হকচাং কয়াংনুংগী শিঙলেল থম্মা
 তাইবং থরায় অপকমা পুমনামকপু
 লাংবল কাওরেল শলশেলবগুম
 অমুক অঙনবদা কোছবীরিবা
 নুমিদাং অথেঙবদা কোঞ্জবীরিবা
 চাংঙু থরায় মীপোকপা খোইয়ুম নমু পোংশেদ্বা
 কোনফু নিঙখম নানৌবা চাহই লেংখাঙ কোকহেনবা
 বারক নুংনাং অপিশক হুই নাহা খাঙনৌবা
 ফাফদবা লাইয়িংখৌ নাহাক নিংখৌগী মচা
 নিংখৌ গুরুশিদবা কোল্লেনথকী খাইরৌবা
 লাইবেলথকী য়েল্লৌবা অভিমাথকী শেংলৌবা

কোবৌখক্তা হান্দোংবা চাংঙু যাইবী হুমজাওবা
 খোইয়ুম মৈবি তোমশংনবা
 অঙালবা লৈতোঙ লেঙ্গা চবৈ লেংহম চাওবা
 মাওবী বাণ্ডম শোম্বা শোম্বা নংগী ঔবিথেল
 ঔবি ঔবাথেল লোক্তাক চাওখোং নাইথেল
 নখোল উবেঙ খোলদানবনা
 সঙ্খ নুংওন পুন্নিঙহুবা
 ঙ্ম চোতে লুপাক মনুংদা
 শিঙলেল লৈনম নুংশিববু যাওলবিবা লাইমিংখৌ-ও।

লাইমিংখৌ থোংনাং ইশিং চাইবা
 ননাই নচা নশু পুম্মকপু
 অমম্বদা খৌথাবীবিবা উদবদা রায়েলবীবিবা।
 থোঙলেল তাবা ঈপাল পায়
 নোংখি কোঙযাঙ ইচৈশু
 লোক্কৌ পনম ইনমখাঙ
 যেলবোল চাবা ইখোঙশোম
 লাংজেং চাবা ঈকথেংপু ওইবিবা শীজ ইবেম্বা
 গুংকগী ফৈবা তাজিনথকী তাথোক্কয়ে হাযবগী
 নমিং লৈমা তানু নিংখৌ কাংবা কাচেং মাযকবী
 খোইয়ুম অহুম্মকপু খুকমজৈয়ে।

পনামহি নৌবগী ঘরোণ :-

পনামহি নৌগে হাযনা নীংপবদি নৌদবিউদা অমাইবা অমাইবী খিবা হৌনে। পুবোন খিবরা মতুংগী হৌনবী হাযগে।
 গাংগেই গাংগাং অমো হৈরা খবা পুদুনা গুংকগী খুমদা চুনা খুকমজকই।
 নৌবা গোয়বৈ হাযবগা নোংঙামগা গুংকগী খুমদা পোৎ-চৈ পুদুনা চাকদবনি। পুগদবদি গাংগেই গাংগাং অনি যাওগনি
 চুং অমো যারোণ অমো যাওগনি। চেং-চাক যেনশাং ডা-খুমনিচিংবা অসি খৈবিক যাওনা অখেনপোৎ শেমগদবনি। ডমজবা
 পৈশা খবা হাপকদবনি। নৌবা হৌবা নুমিংকী অহানবদা ফি হোংগনি, চাকগুক খাবল্লুগা গাই ইকৌকগনি। লৈমবেশ
 খুকমগনি। পনামহি খুকমগনি। গাইক খুকমগনি। গাইখিংখৌ গাইবেম্বা খুকমগনি। শাবেশ কংকনি। চানবু কংকনি।
 চাকগুক কংকনি। ভিন হোঙলে। হৌবৈ খাইকং খুকমশে, দুমড অপানবা খুকমশে। গাইগা বুবাংলে। চেংনা চীং শাবে।
 মীকম ভিন গাইকম ভিন লৈবি চিংলে। ডাবেম চাকশেম কংলে। ফুংগা মৈনীং খোলে।

মনামছি নৌবা - মীবোন অমদা অমুজা নৌগনি। গুরু অমদুং মপুগী মজুং ইমা নুমিং হমনি থা অহম নৌবা মাওই। মাদি
নোংমদা নৌবা লোইকগীনি।

চবানথুং থেংকগী - লাইকু কুংপা লাইথিংখোঁ নামুংবনে।

খম্মোন কুংপা পাখংবনে।

মাঙশোক কুংপদি লৈমবোয়ে।

মৈনীংদি পাহুইবীনে

মথাই কুংপদি কলিঙেদি খৈথে নাববদি কু-শাবা কোঁথে।

মাঙ শোজগী খম্মোন খোঁনা কুংলবদি শিন লাইনে। খঙে।

নুমিং হুম্বি থা অহম নৌবকমু লাইদি ঐকৌববোই ডেশিয়গনি।

ডেশিনবা মডমদা - লাইমাংদা থাবম্বা হৈ-লৈ পুম্বক ইশিংদা মাদগনি।

মাদবগী মবোন্দি - শমুদ্র গঙ্গা ঐবোং মাপন্দা ঐতিমুবো। হাথগনি।

নৌবা - হগাওবা। পুবোন-ঐগী ইমজা লৈবা ইপা ইপু। গুরু-লাই থুকুম্বা মাইবা, মাইবী।

মাইবু - ইপা গুরু। মাইবী - ইমা গুরু কোঁই।



মিকৌরোল

হোইবৌ হয়া হোইবৌ হয়া সোই হয়া সোই
 হং হং লি-লি-বি লা-বা-লা-বা হুকসো
 হা-হ-হ নংবু হায়গে হ-দি লৈমরেলনে
 ব-দি কৌক্লনে স-দি চাংখৈনে
 লাইশং মুক্তাবলি নম্বোলদগী কারকও।
 কুম চাং মখাদগী কারক-ও।
 হে-তক অনেকক স-ওমদরিদং
 খোয়বু হোৎলে হে খমতিঙকোল-ও !
 নংনা নাওরা অংগো অনিমকী খোইজিনুংদা
 মারানুংদা হংঙাই তাঙশং ওইদুনা
 চাওচৌনা খাফাকপীবা-ও।
 যোইমোংবা নংসু তাওখিংমাওদা মাঙবী-ও।
 হয়ি হলবা হয়া হলবা কোবৌ হলবগা
 নোংবু হলবগা মালেম হলবগা লৈবু হলবগা
 কোবৌ নোংদুগে মালেম লৈভোংগে।
 লাংনা মাবু কিসিনা-কি অসিসুও মদোমদে।
 হে ইমা ইবেম্মা ! নাকথলৈমা পাওয়াস্বী
 ফুবপ লৈমা লুজাওবী চান্গৌ লুকমা তৈনগে
 ঈচিক খুমা মিন্নগে ঈশা খুমা তৈনগে
 মকোকপনা খুঞ্জরো মকাবীনা মাজরো
 হা ! থা তেতু নচা মোইরাস্বী পোবীবে
 হৈবোং চরোং অমস্তা হুংবীরকও।
 নখিবক্তা তারে নম্বুংরক্তা তাবে
 থুনাল্পে কনানা চাসিবা
 অসিসুও মদোমদে।
 হা ইমা ইবেম্মা ! হোইবৌ হয়া হয়াসোই।
 হা অঙৌবা কাইনৌ চাংশোম্মা
 কাইবৈ ময়েলচা চেংজা ময়েল্লু অঙৌবনা

শাগন তুফাঙফুনা

ইনুং কেকেরেককে চিংখোঙ য়াগা কৈরক্লে

মমোম লৈমা কবোকনুনা শংলৌ পানখোক

য়েল্লাংচালবু চাম্মা ফুৎলবগা;

মপল অঙৌচনুনা মম মম কুক কুক

তারা খুৎপুল হুকহল্লে লাইজ চিনখুল তেংহল্লে

অসিসুঙ মদোমদে।

হঙ সঙ হঙ অথিঙকোরে থিঙকোরে

লাইরেল কোকপা থিঙ্কোরে

থিঙ্কোলাংমৈ থিঙ্কোরে অ-তে অ-তে

হিঙস হঙস হঙস রে-রে

হে নাওরা অঙ্গো নংবু হায়গে হায়গে তাও-ও !

নাহমোং ব্রম্মা বিন্দু অরুববু

পস্খৌ নপা পোকমাবদা শিন্নঙৈগী

নপম্মা সনা চিংগী নম্বোন্দা নাওপুরে।

কৌক্রনা কোল্লে কৌক্রদি র-নে

চিংখৈ ফিথুপ্তা হুঞ্জিনখিয়ে

চিংখৈদি স-নে সনামহিবু থোঙশঙনরে।

সনামহিনা শুবদি নাওথিংখোঙবু শুইয়ে।

খোল কৌবদি খোয়রিনে লৈমরেম্মা য়োল্লে।

লৈমরেল হ-নে কোলৌই মিংখোংবু মঙাং কৌয়ে।

লৌইদাম থাবুম অনিশুনা নাওপুরবগা

পলেম নমা পোকমাবীদা শিন্নরে।

পলেম্মা সনাচিং খাথংবদা নাওবু য়োল্লা য়োল্লৌরে।

নাওয়োম কৌবদি হ-নে হঙস-হঙস-হঙস-হঙস-হঙস

চ-চ-চ-চ-চ ক-ক-ক-ক-ক রিহি-রিহি

ওইগী লুপাদি ব্জনে য়েংকী সনাদি নুমিংনে

লৌইদাম থাবুম তরানি নুমিং শীংবুম চাহ্মনি

ইফা ইমেল্লে কোলৌই নমিংখোংবু অঙাং কৌয়ে।

অঙাং নংবু তাইবংপান নোংশাপাল থোক্কো

হায়না গুরুনা পাওমেল্লবদা থোক্কক্লে।

মালংপানবু যৌৱক্ৰে কোৱৌ নুমিৎ মঙানিবু
 খান্ধী মৈনীং কুল্লে। অসাইঙৈগী শংলৌ
 পানখোক য়েজ্জাংচানবু চামনা ফুৎনা
 তৱা চাহম তমগী-চাখোম লুইৰোই অমদি
 থৱায় মঙা ফানা চাক্ৰে চাখোম লুইৰোই অমদি
 মিলেল তৱকমক ফানা চাক্ৰে চাখোম লুইৰোই অমদি
 লৈমৱেলনা ইনবা চাক্ৰে চাখোম লুইৰোই অমদি
 তাইবং মালংপান অসিদা নুমিৎ শীংবুম কুই
 লাংহৈ কুমওন্নবা চাক্ৰে চাখোম লুইৰোই অমদি
 গুৱসিদবা মথৌজানগী য়াইফ মিংচং চাক্ৰে।
 মি-মি-কুক-কুক অসিসুঙ মদোমদে।
 লৌদাম থাবুম অনি শুৱে কোলৌই নমিংথোংবু
 নাওৱা কৌয়ে। মে-মে লৌদাম থাবুম অহুম শুৱে
 কোলৌই নমিংথোংবু অঙ্গো কৌয়ে।
 ওং-খেং-খেং খাখোং লাইখোং মৰোংখোং
 অহুম্বাকী মথক্ত থিপোঙবী লৈয়ে।
 থিপোঙবীগী মনুংদা তাওৱোইনাই কৌবা গুৱনা
 মমৈবু ময়ানা চিল্লা লৈয়ে।
 হে গুৱক নংসুঙ লেঙবীগুনো কোলৌই নমিংথোংবু হ কৌয়ে
 হ-হ-হ নংবু হায়গে হায়বনে।
 হে ইমা ইবেম্মা য়াওবৈবী লৈয়েংগী মতোন্দা ফল্লিবি।
 নৱৈতোলবু পোশ্ৰা কৈথেল লিংলিবি নংসু লেঙখংপীৱক-ও।
 কোলৌই নমিংথোংবু হায়গে তাও-ও।
 ৱি-ৱি-ছক-স-কৌয়ে। অসাইঙৈগী নাওৱা অঙ্গো অনিম্বাকী
 থৱায় মঙাবু শৌকৎপীৱক-ও
 মিলেল তৱকমকপু লেঙখংপীৱক-ও।
 হা ইমা ইবেম্মা ! থবাক ঙালফম শলখোঙদা ফল্লিবি-ও
 কোলৌই নমিংথোংবু হে-ৱে-ক্ষে-কৌয়ে
 থৱায় মঙামকপু কুস্বীৱক-ও
 মিলেল তৱকমকপু লাকপীৱকও।
 থজিন লাকা মাৱেমচম্বী পাত্তা ফমলিবি-ও

ইমা লৈমরেল শিদবী-ও কোলোই নমিংথোংবু হায়গে তাও।
 নে নে হুক কৌবী থরায় মঙামকপু যাবী ও
 ইমি তরুকমকপু যাবী ও কমপোংপুত্তগী থুংজরে
 হা ইমা ইবেম্মা ! থরায় কোল্লে মিরেল কোল্লে
 থরায় মঙামকসু কুন্সক্কে মিরেল তরুকমকসু থুংলরে।
 লল্লেন মদাইমা লৈমরেল শিদবী ও
 নাওরা অক্সো অনিমকপু থেশ্বী ও ইমা ও।
 কোলোয় নমিংথোংবু হে রে কৌবী
 পারি নাওরা অক্সো অনিমক ও
 নপল ঐনা নাওথেম শৈহৌগে।
 নবেন লৈমা লাইখুরেশ্বীনা নাওথেম শৈবু লৈয়ে।
 পারি নংবু ললহানুংগী কাকফৈনা মনা হুমাই শাববু উবরা ?
 তোকফমদগী গামুনা খোইচু তোল্লোংচিলববু উরমববা ?
 পাবি কোংবদগী গাখানা শাবোং কানক্কা তোইহং কৌববু
 তাবকপবা ? পারি শমু মোলশাং ওশ্বীনা তেলগাই খাদা
 ওনখংলকপদু উরমবরা পাবি ?
 শুক্কা মপাল শাবা য়াংকোক্কা মইহে য়ানববু উবমবরা ?
 হা পলেম ইবেম্মা উরমদে ইমা খমচিঙকোন লৈমবেলশিদবী-ও।
 অদুগীদি পারি নাওরা অক্সো অনিমকও নবিঙানিবু
 খুবাই চিবীরোক য়াইঙং পোকথোক্কা মগী নপল নিংখৌ
 গুরু শিদবা সনা মখোঙখাবু ইন্দানখি-ও হায়না
 গুরু সনা মখোঙখাদা রাইথুংলে।
 লাও-ও ! হা-পারি অক্সো অনিমক-ও
 কোলোই নমিংথোংবু হায়গে তাও হে-লপীয়েস-স কৌয়ে।
 গুরুশিদবনা য়োইবু খমচিঙকোন্দা শিন্নরে।
 য়োইবু খমচিঙকোন্দা পারি অক্সো অনিমক-ও
 নবিংঙানিবু মরম লল্লেন মদাইমা থিঙ্গুরাবা মচীংজিনবু
 অমরক হমা লৈমরেল খমচিঙকোল অনিমক্কা নাওরা অনিমকপু
 ফুরেপ লৈমা লুজাওবীদা শিন্নরে। লাও-লাও পারি অনিমক-ও।
 পারি অনিমক-ও হায়না চরৈ মইলফিনা কোনবীঙময়ে।
 নপল ঐনা হায়গে পারি অনিমক-ও।

তাইবং নোংশাপানবু হুন্লান নম্মুক্লা চেনফরোইয়ে।
 মরম লমলেন মদাইমা থরায় মফল্লেন
 মিরেল নকাইফম লেঙফরোইয়ে খুজিবীলোক্তা থুংলরে।
 নাকথলৈমা পাওয়াস্বীনা পাওয়ারে।
 লাও-লাও পারি নাওরা অঙ্গো অনিমক-ও
 থরায় নফমলেন্দা ফমফমলরো
 মিরেল নকাইফমদা ফমদোংলরো
 মালংপানবু পাল্লসে অশুববু লাংমা
 অশাংববু লাংমনা থরায় লিফারে
 মিরেল লিথুরে। হা খোইদোঙ শলশেনবা
 নংগী শল লাংবদি লাংবা কোন্দৈফরোই
 মিরেল লাংবা লাংথুগে কোঙ্গেই লাংদবু লাংথুগে।
 হা খোইদোং শলশেলবা লাংবা খৌবি থোকফরোই।
 পাবি নাওরা অঙ্গো অনিমকপুসু নপল পলেম নমানা
 কুক-কুক-বোই-বোই হায়না থরায় লিথুরে মিরেল লিফারে।
 খোইনৌ ইতা ফুরেপলৈমা লুজাওবী নংসু
 নপারী নাওরা অঙ্গো অনিমকপু নাওথেস্বী-ও।
 হা পারিগী থরায় মঙামক-ও, মিরেল তরুকমকপু
 কুরুমচিং লম্মহন্দগী, কিং-কিং-নে-নে-রি-রু-সু
 না-না, হিঙ-রিরি-হিঙ-রি, খমচিঙকোন
 হিন-মে-মে-হিঙ-সো-রে-রে, হিঙচ-করো,
 চুক-ক্রিঙ-প্রিঙ-শ্র-ক্রি।
 খোইয়ুম লাইয়িংখৌ সনামহি নংগী তেল্লা কাপথরো
 নমিংদি ওং কাক চিংরা কারাইরো কার থিঙ্গরুক্ত ওংহে।
 মোইরেংজমদা পোক্লিঙেদি শম্ভোঙ পুঙমাইলেপ্লা রাঠৈয়োং কৌয়ে।
 নহাবা মোইরেংচান্না নচুবু নোংথাংকুপকুম
 মৈরাবু ফিশেৎনবা ঈশিং অচৌববু খুনেংনবা
 নমিং হায়গে তাও ভুমিং হরংচি কৌয়ে।
 অমরক মুমজিন শন্দংখাদা লৈরে, লৈচিলবু ফিশেৎনরে।
 থাবু মথাদা পল্লে, নুমিং তাওজিং হৈরাংচানগগুদ্বা
 শমু নখুংতোল্লা পায়রে। নমিংদি প্রিং-এং-ঙাঙহিং

হু-হেইতি কৌয়ে।

অমরক নুমিংকী মশেজা হুঞ্জিনখিয়ে।

কোলোই নমিংথোংবু তোকপা শাওইবা কৌয়ে।

হে ইবুংঙো তোকপা শাওইবা ও

নংনা নাওরা অঙ্গো অনিমকী

লাইবক থেঞ্জাইথোঙদা পঙ্কে।

তোকপা শাওইবা কোল্লোই

নমিংথোংবু অপকমা কৌয়ে।

হুংদুং লাইওইবনা য়াওবীরেন্দা চেঞ্জ

কোলোই নমিংথোংবু য়াইবীরেল শিদবা ও কৌয়ে।

খুঞ্জাপামগী শিছোংদগী ওম্বরক্কে।

কোলোই নমিংথোংবু খোংজোমনুবী বাকমপোম

তমদা ওপিগুঙমাইরোঙ কোল্লোই নমিংথোংবু

ত্রিঙ-হ-চিরিঙ কৌয়ে।

পলেম নংবু হায়গে তাও ও।

অসাইঙৈগী রনা কৌক্র কৌঙৈগী

নাওরা অঙ্গো অনিমকপু য়ুমদিনঙৈগী

কোলোই নমিংথোংবু ইং-ইং-হ-হ-হিং-হিং-মে শারমদম কৌয়ে।

গুরুনা লা লা লাইজ খিকফেরে।

নাওরা অঙ্গো অনিমাসুঙ

তুরোন খোংদগী থোরক্কে

লমজিং খোংদা থুংলরে।

মিং-মিং-ফা লৈফাবী নং ফাবী-ও।

মে মে ওনশাওবী নং শাওখংপি-ও।

লি-লি-রি-রি-লৈচিঙবী নং চিংখংপি-ও।

চ চ বৌ বৌথোম্বী নং থোম্বী-ও।

উং-ওং-কুরাং উং সুসাই অরোসুসাই

সারাতিংহা ইচুমল।

মানসে খুঝাই চিংখোঙ শলশেলবা ও শলবা কারকরত্রা ?

নপা নিংথৌ হোই-হোই-হোই

লাবা মুনু কোল কোল

মুনু লাংবী লাংবা বো-বো

মুরা নিংথৌ অতেনবা

সনা চোংঙলেন খলবা-ও

সনাফমদা ফমলসে

হা চংলসে।

মি-মি-কুক-বো হক সুসো

হা ইমা লৈমবেল ইবেম্মা-ও। চাংলৈ নামুংদগী

শিদ লৈবু পিবম-ও নাদা লৈবু খাইবম-ও।

হা নাওরা অঙ্গো ও। নমুলৈবু লৈরাইনবৌ ও।

নোংলেল লাইনোংশাং হোংনেম লৈপুঙ্গি

পিথ্রাইবী শেমখৎ-লৈ শেন্দ্রাইবী তুবৌলৈ

মোংবা শুমিং লোন্দবা যারা তাওশুম চাদবা

শিঙলৈল থিং-থিং নারাইবাং

লাংনা কোংদাংলৈ মুনু লাং নানমলৈ

থম্বাল লৈকা ইথোংলৈ

পুক্লিং কিশি লিতিলৈ

মালেম তম্পাক লৈহৌ-লৈ

হা-অঙ্গো মপুঙ ফানা লৈবু

লৈবাং লৈরাইননা

গুক অথোইবগী সনা খুয়া থম্বাল লৈখোঙখাদা কোঞ্জিল্লমগে।

হযি হযা হে-হে লিক্লাই-ও।



লৈমরেল মিকৌরোল

হা-উং-হা-য়েং। চিরিক-ও চিফা-ও
 চিখা-ও চিখোম-ও চিথুম-ও
 চিরাংলকী ফেহুই নোংলাংকোলগী খাইথা-ঈ
 কোরৌদি মচি-ঈ রাংবল মনাও-ঈ
 কৌবা লোকচা খমজা-ঈ শারোল মংলোল-ঈ
 খাকপা পুরৈরোহা-ঈ পুন্নাং নাগাইবা-ঈ
 লাইয়িংথৌ শরারেল-ও নশল মবিকপী মরাংবী
 অশেশ্বী অশাবী, শলখোশ্বী শলখোহা
 নশুদি হেপুংথৌ অসিবু নুমিংনা তৌবগুম
 লুবীও শেশ্বী-ও হায়বগীদমকপু।
 তাইরেমা পুংফাইনা নাপীনা শিঙবীনা
 শদুনা মালতেক্লা নাপুনা নাশেমা
 নাখাইনা নাতাঙনা শয়োহ্লা উকোক লৌহিংনা
 উকোক বাকোক্লা হা-উং।
 লরাই কোইরেনগী লাইবক খেল্লাইথোঙগী
 পিস্তুম পাগোইলমগী মিৎমৈ তোল্লাম লমগী
 খাদাও চুম্বুল লমগী খৌরি চাকয়োংলমগী
 থবাক ঙাংখম লমগী থজিন থমোয়লকী
 পুকসি হুইথার্লমগী ওক্লি লুশম লমগী
 যাংঙেল লাইগাবকী স্বাংপমসি লমগী
 নিংদু ফৈদোল্লমগী ফৈগন ফৈপার্লকী
 কপ্লাক তাল্লকী খুকউ কাক্সাইথোংগী
 খুবোম চংলৈ খাঙদোংলমগী খুনিং মোইদোল্লমগী
 খুজিন খুয়ারকী ফন্তবা হাওথিবা
 খুনাস্থা নাঙলৈবা পুম্মক্তি থরৈরজা তাখরো।
 ননাইগী অফবা নুংঙাইবদি
 বাকমনা খানিং মিকৌখংলক্লে।
 থরৈরজা তারববু লেমলৈরজা তারববু
 পা-ওইরক-ও পু-ওইরক-ও হায়বগীবু

ব্রাকমনা খানিং মিকৌখৎলক্কে।
 নাহন্নোংগী নপল পলেম নমানা গর্ভ নাক্লৌ ফিযালঙে
 খেইজি খাঙকা মিহ্লগী অওল্লাংঙে ওল্লাংঙে।
 পলেম্মা খান্দি মৈশা লাংনা নাওপুঙেদা
 থরায় লাইখংখিবা মিবেল হামচৎখিবা
 পুন্মকপু খানিং মিকৌখৎলক্কে।
 পলেম পিবুকনুংগী তাইবং মালংপানবু ফাওবরুবদা
 নপল পলেম নমানা লোইদাম থাবুম অহুম শুববদা
 পলেম নমানা ফৈবাতান্দা পম্মা লেন্নে ঙাতোংশেং
 থুন্নাং ময়োন লৌনা তবা চাকইল তমঙেদা
 মিপাই থবাইখিবা থরায় লাইখংখিবা
 মিবেল হামচৎখিবা ব্রাকমনা খানিংলক্কে খানিংমিকৌখৎকে।
 নপলনা চবৈ নাহোংশা মাল্লৌ থুপকীনা
 পাইখু লেংহান্না শমু নমদা পোনা
 থাঙ্গ তেপ লৈকাই পালশং কেল
 তুবেল খান্দি লানবদা থরায় লাইখংখিবা
 মিবেল হান্নোইববু ব্রাকমনা খানিংখৎলক্কে।
 হাওবৈ খানা পাংবদা থরায় লাইখৎলকপা
 লাইজর্সবেল পুঙদা খান্দি মৈদা
 তেকপী ওত্তা কাওবেল শলদা
 কাইবৈ যেলদা যাংলৈ তাওবা হুইদা
 উদা ব্রাদা থরায় লাইখংখিবা পুন্মক্তি
 চেপসি পয়া লোং শংগাই যাইনম লোং
 ফুমখি হামৎলোং লেন্নে ঙাফা-লোং
 থরায় মিকোল-লোং লোং মঙামক্কা
 থরায় মঙামকপু কৌখৎলকলবনে
 নুঙবীতাও নংসুঙ শিলখৎলক-ও
 উদনা শিলহৈবী নংসুঙ শিলখৎলক-ও
 লৈমবেল শিদবীগী ব্রানে সনা কাকোক মখুম খুন্মবনে।

ঈরাৎ থোনিরোন

হে কাশা নোংথৌ লাইয়িংথৌ নতিক অরুববু ইখুৎ ১০ মানা খুক্ল্লা ইজগে।

ঈরাৎ থোনিবু খাকপা লৈতনা ইজরকপনে।

অপোকপা কৌবদি হান্না সুমাংদা চাক ওকপগি পোংয়াওদি :-

য়োৎ ২ শেল ২ ফিরাক ২ ফমফি ১ শারেল ১ গাতাঙ ১ শাফুৎ ফু ১ চাপাল ফু ১ মনুংদা মথাক মথুম হাপ-ও। ঈরাৎ পুল ১ পানা ক্বা লাই মকোক্তা হাপ-ও। যোৎ ফিরাক ২ ফমফি ১ থা-ও। মুমগী অহল হান্না শিবনা মকোক্তা ফমহল-ও। লা উপনা থা-ও। চাক শা গাতাং মথং মথং হাপ-ও। হৈ লৈ মথং মথং য়েল-ও। মৈদা ঈশিংদা উদা ব্রাদা শাদা লালদা শিবা খৈবিকসুঙ ইলখালফমদা থাদুনা চেং খরা খরা অশিবা মপুম থিনা পাদুনা থা-ও। হৈ লৈ য়েল-ও। অদুগা সুমাইদা হুহ্লোকও চাইদে খঙ-ও।

লৈরাই য়ুখাংবগী পোংয়াওদি :-

ঈশিং মপালদা লাতোন ১২ শেত্তুনা ওই য়েং নাইনা লা উপ্লা থা-ও। চেং খরা খরা ১৭ ওইনা থা-ও। য়েংতৌ উতোং ১৭ তা য়ান্না পুকয়ু ওত্তুনা মাংদা লেং শানা খিল-ও। যোৎ ফিরাক ২ শেল ২ ফমফি ১ হৈ লৈ পানা ক্বা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

লাইয়িংথৌগী হিয়াংলোইও নখোয় খৈবিকপু থাপথোং মাইখংলবনে চাবিরাও। *হায়না শোন-ও।*

চাদ য়ুকৌবগী পোংয়াওদি :-

ফমফি ১ যোৎ ফিরাক ২ শেল ২ গানু চাক লিকতবা ১ হৈ লৈ পানা ক্বা চেং য়েকম ইলখালফমদা নমখাঙ থকখল খল-ও। ফমফি য়োৎফিরাক শেল থা-ও। লৈহন ৩ হ্ল-ও। লাদি উপনা থা-ও। লুকলেন ৩ শেম-ও পোংলয় অসি সুন্য থা-ও। গানুদি লাইদা কংলবগা লাকহংতুনা পোন লাকপা লোইরবগা লাইশোন্দি :-

কাশা নোংথৌ লাইয়িংথৌ।

অপোক অসাংপা অকু অয়েলবাও।

নঙগী চাদ য়ুকৌবনে।

হায়না শোলও। পোংয়াও অদুদি মৈদা ইকুনা হুহ্লোকউ অসিনে খঙ-ও।

মুকৌরোল মহাকী পোংয়াওদি :-

শারেল ১ শাপাদি ঙানু ১ খুনু ১ য়েল ১ য়েকুম হৈ লৈশং লৈ অয়ান্না ফকলোং ১ ফমফি ১ য়োং ফিরাক ২ শেল ২ কোনয়াই পু ১০ লৈরি ৯ শামুক ৯ লারোংগী লাপোং ৭ খাংখা পোল ৭ খামেন পোল ৭ পান পোল ৭ শিং পোল ৭ চাপাল ফু ১ শামুং ফু ১ মনুংদা মথাক মথুম সূনা হাপও শামুক মথুং লারোল ৯ লোনবা হৈচারাং হৈতুপ শিং খোক্কা ১ ঈরাং পুল ১ পুলমাং ৮ হিরি ওইনবা ৯ তিংবা অসাংবা ১ অহোবা ২ মাদা হাপুনবা কোনয়াই সনা লুপা অশেংবা নোংতা লিকোল মরিল ফান্তবা ১ ঙারা ঙানোয় শেরলবা লফু থরো পুকুংগী ১ লফোই লউ থরো পানবা ১ ফিমু ১ চেং য়েকুম হৈ লৈশং লৈ অয়ান্না পানা ক্কা উচিমে ৮ ফিবাল লফু ৮ চু ৮ হৈনৌ মনানা থক খল নমখাঙ ২ মাগী মাইকৈ কারল লাক্কা কোয়-ও। চেংপাক কবোক সেমাক অথুম অহাও অসি খৈবিক যাওনা নি-ও।

সরারেল নীবগী পোংয়াওদি :-

য়িমবী য়িম য়োমনবা ফি অঙৌবা ১ উতংনা খারা শা-ও। উচিমে ৪ ফিরাল অঙৌবা ৪ লফু ৪ নমলোন্দা য়ুনবা উচিমে অচৌবা ১ মতোলদা ফিরাল অঙৌবা ১ খয়োমদা পুনবা ফি অঙৌবা ১ লফু ১ চু ১ চেং য়েকুম লৈশং পানা ক্কা হৈপাল লৈপাল কোনয়াই পু ১ যাওনা মরোই অয়ান্না কাউন্দা অসুম নি-ও।

হৌজিক্তি অদু খৈবীকী মফম লাথা পোংথা পোংয়াও হায়গে :-

নিংথেম পোকপদি লৈরুথক যাও-ও। লাইরেন্সগীদি ফৈজা লেংখাং। অঙোম পোকপদি :- লোল অঙৌবা (লোনঙৌ)। খুমন লুরাং পোকদি :- লোল অমুবা (লোনমু)। মোইবাং শরাং লৈশাংথেম খাবা ঙানবা অরোং অপাউ পোকপদি লোল অঙাংবা (লোনঙাং)। লপযান কাদা ফানটো থা-ও। ফানটো মথক্তা লা লোংনা থা-ও। ফক্কোং মথক্তা য়োং ফিরাক থা-ও। অদুগা শেল ফম ফি থা-ও। কোনয়াই হুল্লো। ফানশাং থুংনা ফি অসাংবা ১ থা-ও। অপোকপদা নমখাঙ থকখল খল-ও। পোলাং খলদা নমখাঙ ফি মতোল লোমনা উনা য়ুংনা খল-ও। অপোকপা লোল লৈ ফৈজা লেংখাঙ নুপীগী ফিরোই খুশি-নাশি থা-ও। লাইরেন্সদা ফৈজা লেংখাং লৈশঙ খেক রাইবা থেৎপি-ও। লাইপুংথৌ ৯ দা নুপী নিপাগী ফিরোই ওই য়েং নায়না ইন্নফিনা খন্না ২ থা-ও। ওই য়েং নাইনা লৈ হুল্লো। অপোকপগী মমাঙদা সমুক লুক্কেল ২ থা-ও। লারোল ৭ উপ্পা থা-ও। চাক্কুতা চেং য়েকুম য়ান্না থা-ও। হৈরুজা হৈ মরোই সূনা হাপ-ও। চিথেক ৪ মাদা লফু উচি মে ফিরাল থেং-ও। চিথেক ৪ মাদা লোয়রুক নাওরুজা চেং য়েকুম হৈ লৈ মরোই সূনা হাপ-ও। কেকাম মথক্তা লৈরী খিলও। ঈশিলফমগী লাইমাংদা কোনয়াই নোংতা লিকোল অফুনবা হল-ও। লৈহল ৩ লক হল-ও। লাতোন ১ ঈশায়ফু খুম-ও। লা মথক্তা ফি অমুবা ১ খুম-ও। লাইমাঙদা লাতোল ২ উপ্পা থা-ও। লুকলেল ৩ শেম-ও। চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা ক্কা চেংপাক কবোক সেমাক অথুম অহাও হৈ মনম নাইবা থা-ও। নাক্কল ওই য়েং নমলোল ৩ মাদা লা ৭ পুন্না ২ থুপ্পা থা-ও। চেং য়েকুম হৈ লৈ মরোই সূনা

থা-ও। পানা কা হাপ-ও। সেংখোঙ ৪ মাদা লফু উচিমৈ ফিরাল থেং-ও। হৈনৌ মনা লেংদুনা কোয়না য়াল-ও। মরক মরক্তা লৈ য়াল-ও। চিথেক ৪ মাদা লোইরুক নাউরুক মশিং সূনা থা-ও। চেক্সা থিনবী ৪ থা-ও। মমাংদা চেংনা পুঙ পৈ-ও। উচেক লুম য়েকুম হৈ লৈ পানা কা মশিং সূনা হাপ-ও। নাকন্দা লিললু লাইরু শা-ও। মকোক্তা য়েকুম ১ থেং-ও। হৈ লৈ পানা কা হাপ-ও। অসি লোইরবগা...

সরারেলগী লাথা পোং থাদি :-

য়িমবী য়িহমদা লা য়োম-ও। লা মথক্তা ফিঙাং ১ য়োম-ও। ফি মথক্তা লারোন ৭ লোম্মা য়োম-ও। পাথোম ৭ পুন্সো। মমাংদা উত্তং খারা শা-ও। খারা মথক্তা লারোন ৭ লোংনা থা-ও। য়েকুম ৭ থেং-ও। পানা কা হৈ লৈ লৈশং থা-ও। লুকলেন ১ নে। খারা মথক্তা কোনয়াই ছন-ও। লারোল ৭ উপ্পা থা-ও। চেং য়েকুম ৭ থেং-ও। হৈ লৈ পানা কা থা-ও। লুকলেন ১ নে। চিথেক ৪ মাদা লফু উচিমৈ ফিরাল থেং-ও। চিথেক ৪ মাদা লোইরুক নাওরুক থা-ও। চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা থা-ও। নমলোন্দা লফু চু উচিমৈ ফিরাল থেং-ও। লাতোন ৩ থুপ্পা থা-ও। লোশেং লারোল ৭ থা-ও। চেং য়েকুম পানা কা থা-ও। অসি লোইরগা ঈশিংদা খয়োম লাফুনা লাই কৌখংপগী রা হায়কে :-

ঈথৈরেনগী খয়োম লাকপদি :-

লারোন ৭ কারমৌ-ও। চেং য়েকুম ৭ থেং-ও। য়েকুম ময়াইগীদি মচিন থুগাই-ও। কোনয়াই পূ মা লাংথ্রৈ মতোন ৭ থেং-ও। লফেই লফাং চঙ থোকপা ১ হৈ লৈ পানা কা যাওনা থা-ও। অদুগা ফিরাক ১ না সুপ্পা য়োমচিল-ও। পাথোম ৭ পুল-ও। খয়োম ৯ মাসুঙ লারোল ৭/৭ কারম্ননা থা-ও। চেং য়েকুম ৩/৩ হাপ-ও। হৈ লৈ পানা কা হাপ-ও। য়েকুম ময়াইগীদি মচিন থুগাইদুনা কোনয়াই পূ অমমম হাপ-ও। লাংথ্রৈ মপোপ ৫/৫ হাপ-ও। পাথোম ৭ পুল-ও। ইঠৈমাগীদি :- লাতোন ৩ কারম্না-ও। লা উপ্পা থা-ও। চেং য়েকুম ৩ থেং-ও। ময়াইগী য়েকুম মচিন থুগাইদুনা কোনয়াই পূ ১ হাপ-ও। লাংথ্রৈ মপোপ থেং-ও। পাঙল পুল ২ মক্কী মঙক্তা হৈনৌ মনা লেংদুনা পুল-ও। মনুংদা লা হাপ-ও। লা অদুবু কুপ্পা শেত্তুনা লৈছল হাপ-ও। লৈ মরম ৭ হাপ-ও। ঈরাং পুল ১ পুলমাং ৬ লৈ মরম ৭ মা লংশুং মনিং মমাং কি-ও। ময়াইদা লৈ য়াল-ও। থাঙ মৈবুল শরিক য়াওনা ঈকুম-ও। লাতোন ১ ঈরান শেল ২ খয়োম লাকলিঙেদা লৈরাইদা লাই ওক্সবা মমাংদা লা থা-ও। অদুগা খয়োম লাক-ও। মাইবনা পাঙল পুল ২ মা শেল ২ মা খুং য়েং ওইনা চপুনা লাকচিল-ও।

ঈশিংদা পোং লাক্লিঙে শোনবদি :-

কাসা নোংথৌ লাইয়িংথৌ।

ঈথৈরেল অরিবা-ও। নঙগীনে। *হায়না শোল-ও।*

কাসা নোংখৌ লাইয়িংখৌ।
 অপোক অসাংপা অকু অয়েনবা-ও।
 অসিগী নুমিৎতা লৈরোন ৭ মাদগীসুঙ কারক-ও।
 লাইজ ইরোল ৭ মাদগীসুঙ কারকও।
 কোরৌ নোংলোন ৭ মাদগীসুঙ কুমলকও।

খুচিয়া ঈশিংদা কাপ-ও। তে তে তে অহ্মলক হায়না শোনলো। লাকচিললো।

লাইশোন্দি :-

ঙাও য়োংও।
 তওশাও কপ্তি ও চোংও।
 থা-ও তে তে ওসিগী নুমিত্তা কারকও।

হায়না শোনলো। অদুগা লাইপুবা ২ মদি লাতোন থাবা অদুদা নেংহল-ও।

মাইবনা ২ মাদা মখুং ওই য়েং চপুনা ঈশিং ৭ লক শোকুনা মখোঙদা চায়খং ও। অদুগা লাইরেম্মদি মাঙদা চংহল ও। লাইয়িংখৌদি তুংদা চংহল ও। লংশুংদি লাইয়িংখৌনা তুংদা পাই-ও। লাইরেম্মনা মাঙদা পায়-ও। ঈবাং পুল ২ মদি মাঙদা চংহল-ও। লংশুং মমাঙদা থাঙ মৈবুল চংহল-ও। কবোকা লমলোয়না-ও। মাইবা মাইবীদি শরিক খিঙ-ও। তৌত্রি পেনা খোংনা লাই পুখংলক-ও। অদুগা চাদ যুকৌফমদা থুং ও। মুমগী কাই থানরিবা মপান্দা লাতোন ১ থা-ও। দাবি মপান্দা লাতোন ১ থা-ও। অদুগা কবোকা লমলোই ওই-ও। চংলক-ও ঈশিনফম অহাংবদা থুং-ও।

লৈফুদা থুংলবগী লাইশোন্দি :-

কসা নোংখৌ লাইয়িংখৌ।
 অপোক অসাংপা অকু অয়েলবা-ও।
 লৈপাক্কী শেক্লিং হাওসম কুস্তা মনুংদা।
 তিংকোংকুম কুমা লৈবা-ও।
 অসিগী নুমিত্তা কারক-ও। হায়না শোল-ও।

লাইরেম্মা অপোক অসাংপী। অকু অয়েনবী।
 তমপাক লৈমুরোন ৭ তা য়াতাবী।
 লৈহাওরোল ৭ তা পুমনা ঙামোংবী।
 থাংঙা য়ুমুম হাংদবী। লৈকাই পালশাং লোম্বী-ও।

কাকলেল অঙোবনা উরাওনবী ও। মকু থোংঙাইবনা যুম শঙনবী-ও।
ককচেং লূচাওবী চানা লৈহোমবী-ও। হে লাইরেম্মা। হায়না সোংল-ও।

অদুগা হীরি লংশুংদি য়েং ওই নাইনা কোনচিন-ও। অপোকপগী মমাংদা ফম ফি মথক্তা থম-ও।
পাংঙল পুল ২ মাদি লাইরেম্মা ২ মাগী নমলোন্দা থম-ও। অদুগা মৈবা চিং-ও। মৈ হৌ-ও। মৈবা
য়েং-ও। শাফুং ফু ১ চাবাল ফু ১ থোৎখং-ও। অদুগা শা হাং-ও। শা লৌ-ও। শালৌ হৌ-ও। যুচাও ৭ লক
কা-ও। শাপৈ য়েং-ও। চাবান য়েং-ও। হৈক্কী মথৈদি লোককুনো। চেং য়েকুমদি লোজুনা চফু অয়ান্না
থোঙ-ও।

ওক লাকহত্তুনা শা কৎপদা সোনবদি :-

কাশা নোংথৌ লাইয়িংথৌ। অপোক অসাংপা, অকু অয়েনবাও।
নশু হে পুংথৌ হে পেম্মাশিংনা। ননাইশিং অয়ান্নশিংনা।
উমিং উতংকুম হৌরকপসিংনা।
তেকপি শুমলেনপানখাগীনা। রাংথৈ ফৈতারেংবা ময়েলখঙ।
মরাম খুনঙম ওক। শেশী কবো তাইপোং মিংনাইবা ফানা ওক।
অয়ান্না হেপথোকয়েল। অথৌবদি হেপচিন য়েল।
শংলৌ মাইরেল তুপখায়ফবা য়েনকা।
কাইরৈ পুংথি, থেলথিয়েল। লৈনুং শোইবা যুংপা রাওবা ময়েলখংগা।
ঙানুখেরেচাগা। খুনু মাত্তিক তোংগা। অসি কোরৌ নুমিংমাদা কৎচরবনে।

শারৌ হাবা সিংখোকপদা যুচাও ৭ লক কা-ও।

যু হাবা অমুনবা হাপাকি খুরুম্বদা শোনবদি :-

কাশা নিংথৌ লাইয়িংথৌ।
অপোক অসাংপা অকু অয়েলবাও।
নশু হে পুংথৌ হে পেম্মাশিংনচিংনা। হৈরাংশিং লাংবিনা।
ননাইশিং উমিং উতংকুম হৌরকপা খেবিক্লা। খুফাং চাংজৌ ১০ মানা।
মশম মনা তোন্না খুরুমজবদি।
অরুম অখমকা বানা ডৌথোংকা। পুকয়েক থায়েক্লা।
কোকয়েক ঙৈরাংকা। সিঙচিন-সৌচিনকা।
খুলাই লাল্লেমাদি মীচিল মীপাওমাদি।

হাওবৈ খানা পাংনা। লাইজ ঈবোইননা হোইথবীরমও।
 পুনশি নুংশাংকা হায়হৈ লৌহৈকা। ফিতুপ ফিতাইকা কোরি শেলচাওকা।
 সেরী খুচাইকা শলমী নাইমীকা। কপয়াং, তাংয়াংকা।
 মতাও-মপিচা থোইবা।
 ময়াম্মাপু হেমববু ললকুবিবম-ও।
 লহাল পামা মচল থিঙলা তাউবিনা। মথিঙ লাইবেল লাইবু।
 তরা লুকমাইরেম। শারেল ফাহাপনা যুকৌবদি।
 ফমলেল খা-থংবদা। কোরি শেলজাওকা।
 ফিতুপ ফিতাইকা শেবী শেলচাওকা। চিকা পৈনা ললকুবিরময়ে।
 মাংসোক লাই থংবদা, চিংশাং ফান্না রাং।
 তয়ুম নাইনা থোইববু ললকুবিবময়ে।
 কংলৈ মশুম্ভাঙদা তেকপী ওককোল তৈ। কাওবেল শলকোল তৈ।
 মচেং কাইবৈ লৈবিক লৈবাক থন্না। চংবি মকৈবেলদা কৈখু চাকা তৈ।
 কৈবেল ফাহাপনববু ললকুবিবময়ে।
 পামা মচল থিংলা তাওবীনা পাউমেল্লকয়ে।
 ইথিং লাইবেলপা-ও। নংনা নমোম ঐবু ললকুবিবা অসিবু কদৌনসিবনো।
 ভুবী নউল ছবিবমও। লাইবেন নতাং শিংপিরমও। হায়না পাউমেল্লবদা।
 মথিং লাইবেলবানা পাউখুমথিয়ে।
 ঐদি ভুবী ইউল ছফবোই।
 লিল্লা নত্তে ইতাং শিংফবোই।
 ইবোইলি তাংলৈ অয়াংবা-ও নঙদি।
 লাইজ ঈরোম্মুংদগী ফক্কোং চারাইমাবু চেলখংলু-ও।
 মুক্লাইবা নংদি হামুক তোংমা চেল্পু-ও।
 ঙৌনাইবা নঙদি নুঙঙৌ তোংমা চেল্পু-ও।
 খোইনাইবা নঙদি লৈচেং তোংমা চেল্পু-ও হায়না খৌসিথিএ।
 মরোইলিতাংলৈ তাংলৈ অয়াংবনা। লাইজ ঈরোম্মুংদগী ফক্কোং চারাই চেল্পুয়ে।
 খৌনাইবনা লৈচেংতোংমা চেল্পুয়ে। মুক্লাইবনা হামুক তোংমা চেল্পুয়ে।
 ঙৌনাইবনা নুঙঙৌ তোংমা চেল্পুয়ে।
 কংলৈ মশুম্ভাংদা ফক্কোং চাবাই থানা। ইমোম পামা থিংঙা তাউবি-ও।
 ভুবী ঐনা মুনা ওল্লিঙৈ। অমুবা মুকমৈ নারিলমাবু সোললৌ-ও।
 লাইবেল ঐনা ঙাংনা ওল্লিঙৈ। অঙাংবা কোইচা য়েকপু য়েকুরৌ-ও।

খোইয়ম ঐনা ভৌনা ওল্লিঙৈ। নৃঙভৌ পাকতৈনরৌ-ও।
 ইমোম-ও খুনবী নোংলৈসং অসিনা। থাঙঙা য়িমলাই থিংনারৌ-ও।
 অহম অরৈ ঙাক্লরৌ-ও। হায়না ললকুবিরম্বা তুকুম্বু।
 নশু হে পুংথৌ হে পেম্মসিংবু। য়িমখু মনিমাইনা।
 য়িমলৈল মরাং হৌববু ললকুবিরম-ও। হায়না শোম-ও।

অদুগা খ্বাই অয়াস্বা নহা ন্দী খাজনা খুরুমহল-ও। অদুগা লাইমাংদা মৈবুল থাঙ ফান্দুনা তৌদ্রি পেনা
 খোং-ও। লংশুং হীরী পায়দুনা লাইফমদা থিনখং-ও। অদুগা খ্বাই তং-ও। ওইগী শাকৈদি মাইবগী মশেম্লে।
 য়েংকী শাখৈদি য়ুম্বুগী মশেননে। লৌইরক নাওরক শাফুং ফু, চাপাল ফু অসি থৈবিকসুঙ মাইবগী মশেম্লে।
 মাইবদি য়ুম্বুবু বারক খৌবাওদুনা ফৌতাংয়িন্দুনা হৌখিহল-ও।

লাইয়িংথৌ পুত্ৰি কোমগী মপুগী খৌনিদি :-

ফক্লোং ১ ফি ১ য়োং ফিরাক ২ শেল ২ কোনয়াই অশেংবা পু ১ চকফি লাইশম নোংদা। শারেল ১
 শাপাদি ঙানু ১ খুনু ১ য়েল ১ শাফুং ফু ১ চাপাল ফু ১ মনুংদা মথাক মথুম হাপ-ও। ঈরাং পুল ১ কস্তী ৭
 লৈরি ৭ লাপোং ৭ শিং পোন ৭ খাংখা পোন ৭ খামেন পোন ৭ পান পোন ৭ উচেকলুম য়েকম হৈ লৈ
 পানা কা লৈশং লৈ অয়াস্বা লফোই লফু থরো পানবা ১ হৈ মনম নাইবা ১ লৈশং খেকরায়বা পানা
 ফাইপোক কা ফাইপোক। লিক্কোল মরিল ফান্তবা অসিথৈবিক য়াও-ও।

খৌনি পোংয়াও লাথা পোংথা হায়গে :-

কোম মহাকপু খারা শা-ও। ময়াইদা হোহল-ও। অদুগা কোনয়াই চকফি লাইশম নোংদা লিক্কোল
 মরিল ফান্তবা হুহৌ-ও। উচিটমৈ অচৌবা ১ গী মতোলদা ফিরাল অঙৌবা ১ থেং-ও। লংলা ৯ না শুংবা
 লংশুং অশাংবা ১ পুঙৌ ১ রাতোলদা কি-ও। লা লোংনা থা-ও। লাশেং লারোন ৭ থাদুনা চেং য়েকম
 পানা ফাইপোক কা ফাইপোক। লফোই লফাং চঙথোকপা ১ হৈ মনম নাইবা ১ গা খায়োম য়োমদুনা
 পাথোম ৫ পুনলো। রাতোলদা লংশুং অশাংবা লংলা ৯ তিন্না শুংবা লংশুং অশাংবা ১ গা পুল-ও।
 লৈপাক্তা শাংনা থাদৌ-ও। কোম ময়াইদা উচিটমৈ ১ য়ুং-ও। চেং য়েকম পানা কা হৈ লৈ লৈশং য়াও। য়েকম
 মচিল থুগাইদুনা কোনয়াই পৃ ১ হাপ-ও। লাংথ্রৈ মপোপ ৫ থেং-ও। খায়োম লাকচিল-ও। অদুগা
 কোনয়াই থাবদা শোনবদি মাগী লম্বু হাম্মা শোন-ও :-

তমপাক লৈমুরোল-ও। লৈহাওরোন-ও।
 লৈপোক চনু খমওই য়াংওইবী-ও।
 তমপাক লৈসুক য়ামগী-ও। লৈসোয় য়াস্তী-ও।
 হুপ্পা হারাকা, পোক্লিবী-ও।

কোন্দে শেম্বাংগা পোক্লিবি-ও।
 তমপাক লৈমুরোল-ও। নংঙোন্দা। লৈহাওরোল নংঙোন্দা।
 মালেম তমপাক লৈনেমথক অসিদা।
 অপোকপা অসাংপা অকুবা অয়েলবা-ও নঙনা।
 পুস্তি কোম মপু ওইবা নঙনা।
 পুস্তি নঙনা ফাওরকপগীদমক।
 নশু হে পুংখৌ হে পেম্মাশিংনা নঙবু।
 অসি কোরৌ নুমিত্তা চামলৌ লারোল ঙাইখিং-ইয়ে।
 চেংঙৌ ফাহাপ্পা য়েকুম কাংখিন্ননা। হৈরাং খোপচল য়ৈনা।
 অসি কোবৌ নুমিং মাদা ঙাইজরি-এ।
 মালেম তমপাক লৈখারোল ৭ তকিসুং কাবক-ও।
 লাইজ ঈবোন ৭ মাতকীসুং কাবক-ও।
 কোরৌ নোংলোন ৭ তকীসুং কুমুক-ও।
 চকফি থানা লাইশম থানা। নোংতানা লিক্কোলনা।
 কোরৌ নোংলুপান অঙৌবা। মালেম লৈসনা অঙাংবনা। পাউতাক চবনে।

হায়না শোল-ও।

খারা মথক্তা লারোল ৭ উপ্পা থা-ও। চেং মশুং ৪ ওইনা হৈ-ও। মশুং ৪ মাদা উচেকলুম, য়েকুম
 ১/১ থেং-ও হৈ লৈ পানা কা হাপ-ও। পুকনুং থরো ১ চেং ময়াইদা থেং-ও। লৈরাইদা লারোল ৭
 উপ্পা থা-ও। লামেং লারোল ৭ ইয়ে-ও। চেং উচেকলুম য়েকুম খিল-ও। লা তাম্বদা পানা কা হাপ-ও।
 লফোই লউদি চেংদা থাংকৎ ও। মমাংদা কস্মী লৈরী লাপোং ৭ শিংপোং ৭ খাংখা পোন ৭ পান পোন ৭
 শিং পোন ৭ শাফুং ফু ১ চাপাল ফু ১ শারেলসুং মমাংদা কৎ-ও। চিথেক ৪ মাকি মখোঙদা। লফু ৪ চু ৪
 উচিটমৈ ৪ ফিরাল ৪ থেং-ও। পাঙল পুল ৪ থাওমৈ ৪ থাল-ও। মখোঙ ৪ মাকি মখাদা। লোইরুক নাউরুক
 চেং য়েকুম লৈ মরোই সূনা হাপ-ও। কোম মপান কোয়না লোইরুক নাউরুক হাপ-ও। চেং য়েকুম হৈ লৈ
 পানা কা মরোই সূনা হাপ-ও। হৈনৌ মনা লেংদুনা চিথেক ৪ মা কোয়-ও। মরক ২ মাতা লৈ যাল-ও।
 কারল ৪ মা সূনা লাক-ও।

খুকুমবদা সোনবদি :-

কাশা নোংখৌ লাইমিংখৌ পুস্তি কোমগী মপু - ও।
 যাংবি খুভম ওইনবা-ও।
 নশু হে পুংখৌবু নশু হে পেম্মাসিংপু।
 নঙনা য়োকপিগে হায়বগী ফাওরকপনে

ননাইনা চেংঙৌ ফাহাপনা য়েকম কাংখিন্ননা।
 হৈরাং থোপচন য়ৈনা নঙঙোন্দা কৎচরকপনে।
 ননাইবু নঙনা পা ওই পু ওইবা ওমদম থৌরাংবা।
 লমখম লাংকোলপা।
 পুন্নি নোংসাংপা চাককু ললকুপাপু কুপিরম-ও।
 লৈমা নিংথৌনা চাম্বা কুবিরম-ও। হায়না শোল-ও।

খুকমনা পোং লোক -ও। লৌদা ঈশিং থোকপসুঙ। থমলা হৌরাসুঙ কোম পুন্নি ওইবা থৈবিক্তি ঈশিং
 থোকপগী থৌনিদি অসি মশেম্লে।

হৌজিক্তি লৌগী থৌনি পোংয়াও হায়গে :-

শাবেল ১ শাপা ১ চাপাল ফু ১ মনুংদা মথাক মথুম সূনা হাপ-ও। ফমফি ১ য়োংফিরাং ২ কোনয়াই
 পুমা চেং য়েকম ও লৈ হৈ পানা ক্বা লৈশং।

পোংথাডি :-

কোনয়াইনা হান্না থা-ও। ফমফি ১ য়োংফিরাং ২ শেল ২ লৈশং থা-ও। লাদি উপনা থা-ও। লুকলেল
 ও শেম-ও। মমাং ২ থা-ও। নম লোন্দা ১ থাও ফিনমথাংনা খল-ও।

লাইশোলদি :-

কাশা নোংথৌ লাইমিংথৌ নহাকপু য়াংবী খুবম ওইনবা।
 ওকলাবা তোমচং কুন্না-ও।
 লৌখোয় থা নোংশা তরঙ হৌবদা ননসু ককখায়না লৈবও।
 তুবী শিদম্বা লাইরেল নাদম্বা।
 তুবী নথন্ননা শিরবদা লাইরেল নথন্ননা নারবদা।
 লৌখোয় থা কালেল তরঙ, হৌবদা নোংথৌনা ক্রুং খোংলবদা।
 তুবী নথন্ননা তিঙশম্বা, লাইরেল নথন্ননা য়াং শম্বা-ও।
 নমিংবু মীকু হীংচি কৌবা-ও। নমিংবু মিৎ মরু মনিক হিং চিং কৌবা-ও।
 নশু হে পুংথৌ হে পেম্মনা নকুম কুমশিংবু কাওদনা কৎচবনে।
 ননাইবু লৌক চাওপোকপা। চাহৈ চবোং ফববু কুবি-ও।

হায়না শোল-ও। অদুগা খুকমনা পোং লোক-ও।

কৈনীবগী পোৎয়াওদি :-

কোনয়াই পু ৪ ফমফি ১ য়োৎফিরাক ২ শেল ২ শারেল ১ শাপা ১ শাফুৎ ফু ১ চাপাল ফু ১ মনুংদা মথাক মথুম সুন্য হাপ-ও। ঈরাং পুল ১ চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা চুহী খোইহী শলমখোম অহিংবা কবোক অফাবা হৈ মনম নাইবা ১ নমখাঙ থকখল খল-ও। ফক অমা ফৌ মরম ৭ কী চেং খুংনা খোক-ও। লাথা পোৎথা হায়গে :- চাক মাংদা নমখাঙ থকখল খল-ও। কোনয়াই হান্না হুল্লো। ফমফি ১ য়োৎফিরাক ১ শেল ২ থা-ও। মমাংদা লা লোংনা থা-ও। লুঙ্কেল ৭ শেম-ও। ফৌ মরম ৭ কী চেং চুহী খোহী শলখোম লফোই লফাং চঙথোকপা ১। ফৌ হৈরী চেং য়েকুম লৈশং পনা কা থা-ও। শরেলসুঙ মাংদা থা-ও। চনিংদা লা উপনা থা-ও। ফৌ মরম ৭ কী চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা কোনয়াই পু মা হুল-ও। কোৎ ময়াইদা লা লোংনা থা-ও। ফৌ মরম ৭ কী চেং চুহী খোইহী শলখোম কবোক অফাবা। ফৌ হৈরী য়েকুম লফোই লফাং চং থোকপা ১। হৈ লৈশং পানা কা লৈ কোনয়াইদি হান্না হুল-ও। যিম মহাকী ফৌ কাঙ মখাদসুঙ। মথক্তসুঙ কোনয়াই হুল-ও। লিল্লাইগীদমক্তি লা উপনা থা-ও। কবোক চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা থা-ও। লোক্কুনো মৈবা চিং-ও মৈবা য়েং-ও। শা কৎ-ও চাক অমুনবা হা-ও। ঈ হাও। অহিংবসুঙ হা-ও। অফবনে।

চাকমাংদা শোনবদি :-

কাশা নোংখৌ লাইয়িংখৌও। হেলোই ৭ মা ও।

লহালদা নঙখোয়না লৌতম শিংতমবা।

লৌরাং খৌরাঙবা নতমপীরকপা-ও।

কোৎখল তাইখলপা কুপি-ও।

হে লাইয়িংখৌ কৈরুংবাও নমিং হায়গে।

পিশানোয় নোযবী শানোয় তিংবী শানোয়।

ওকপি শানোয় পেংপি শানোয় হিং কারি তংতবা-ও।

কংসু চাঙাঙলেল শরাং তুপোকলেল

পোংলেম তুথবা-ও।

তুখিংলেন নঙ খিঙথরক-ও।

খুংয়ি খুংয়ি সারি। চুৱা নে নে নে। *হায়না শোল-ও।*

কোৎ মতোন্দা শোনবদি :-

থাংচিংনে কৌপারেলনে চিঙখৈনে ও মানা

য়ুম তিন্নবা মমিংদি শাৱা তৃতিললেন।

শাৰা নুংতিলেল নঙ তিলচিল-ও।
 কৃং কৃং চি কৃং কংচরবনে।
 চিনপ লৈনপফা লৈকু ককলাচিং।
 খৃং খৃং য়াংকোল্লেল খুচিং লৈনপফা হুক হে। হায়না শোল-ও।

চনিংদা শোনবদি :-

কাশা নোংখৌ লাইয়িংখৌ।
 লৈসৌ চাকশৌ হৈয়িং কাংক্রৌ কুমবা-ও।
 নুমিং খুদিং শৌখংপা -ও।
 সনা কোনশৌরেন নঙ শৌখংলক-ও।
 পুঙ ব্রঙ ব্রঙ সৌচিনপ। অসুম শোল-ও।

হৌজিক্তি ফৌয়াই লাংপগী বা হায়গে :-

ফৌয়াই লাংপগী পোংয়াওদি :- যেকম ১ মংখাঙ খবি চুহী খোইহী শলখোম অহিংবা চেং যেকম হৈ
 লৈ পানা কা কোনয়াই পু মা। ফমফি য়োংফিবাক শেল ২। লাথা পোংখাদি :- মাং শোকতা কোনয়াই পু মা
 হাম্মা হুল-ও। ফমফি থা-ও। য়োংফিরাক শেল ২ থা-ও। য়াইখোম পুথোক্তুনা ফমফি মথক্তা থা-ও।
 হাম্মগী য়াইখোমদা হাম্মা ফৌদি লৌথোক-ও। লৈহুল ৭ লক হুল-ও। মমাংদা লা উপনা থা-ও। লুকলেল ৭
 শেম-ও। চেং যেকম পানা কা থা-ও। য়েন্দি মঙক লেল-ও। ঈ য়াও ঈ চুহী খোইহী শলখোম অহিংবা খরি
 অসি খৈবিক য়ান্দুনা লাইবু চাম-ও। অদুগা ফমফি মথক্তা থম-ও।

লাইশোন্দি :-

লৈনুং হিপোকপি য়াইপোকপিও হীবৈমা য়াইবৈমা-ও।
 হীকুবী য়াইকুবীও য়াইস্নাবী-ও।
 নশু হে পুংখৌদা তরা চাককুবী-ও চারৈ ফিকুবী-ও।
 শলমী নাইমী ফিতুপ ফিজাই মাবু কুবিরম-ও।
 নশু হে পুংখৌনা কংচরকপনে।

হায়না খুকমনা পোং লোক-ও। ফৌনৌ ফৌ মরম ৭ তিল্লবদি য়াইখোম মুনংদা হাপ-ও। অকাবা
 মফমদা হলচিল-ও। কোনয়াই থাবা য়াই লাংলিবা থিবিক্তা মমিং অসি শোল-ও লোইবৈ।

হৌজিক য়ুমগী লাই নিবগী হায়গে :-

চকফি লাইশম নোংতা লিক্কোল মরিল ফাওবা ১ লাইরেন্মা নামুংবীদা ঙানু ১ শাপা ১ অহোবদা ঙানু ১ শাপা ১ চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা লৈশং পুকনুংগী থরো ১ লফোই লউ থরো পানবা ১ উচিমৈ ফিরান লফু ৪ চু ৪ অসি য়ুং-ও। হৈনৌ মনা লেংদুনা কোয়না য়াল-ও। অসাইগী য়ুকৌঙৈগী অতুকুমনা তৌ-ও। খ্যোম লাকপসুং অদুকুমা লাক-ও। খ্যোমদি ২ নেং

লাইশোন্দি :-

নামুংবসু, নামুংবিসু অনিমা শোল-ও অমহানে।

সুমাই নিংথৌ অপানবা ও মা নিবগী হায়গে :-

খৌনি পোংয়াওদি :- শারেল ১ শাপা ১ চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা অসিনে। লাখাদি সুমাইদা লৈঙেইনা পাক্সা রাই তৈয়ো। য়ামনা ফৈতোম শানা য়াং-ও। ময়াইদি নোংপোক অপানবগীনে। লা উপনা থা-ও। ফমলেদি সারারেলগীনে। লা লোংনা থা-ও। মাঙশোক্তি কৌবরেল মচাগীনে লা উপনা থা-ও। লুকলেল ও মাদা চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা অয়ান্মা মরোই সূনা হাপ-ও। সরারেলগীদি হামেং ওইরবদি ঈ কং-ও। মঙক কমলবদি হৈবীনা শেংকম শাদুনা লাকখং-ও। ঙানুনা য়েন্না নি-ও।

রাফোংবদি :-

কাশা নোংথৌ লাইয়িংথৌ য়িমচিন শন্দংখাদা সনা তাংবল ওইনা ফমফমবা।
সনা মিৎ তারেং তারেং তাকুপ্পা।
সুমাই তিংথৌবু সনা লিফক ওইনবা।
সুমাই নামুংবা-ও। সুমাই তিংথৌ লাকাথক্তা হেমৌবা।
লিক্সাপুল তরংবগী মনুংদা নতোম ফমফমবা-ও।
সনা মিৎ তারেং তনৌবা তারেং তকুপ্পা-ও।
লাইয়িংথৌ সরারেল মচা অহলবা-ও। ফমলেল খাংলাবুদা ফমফমবা-ও।
পানবা কৈখোম থকনা নাওনৌবা-ও।
নুঙনাং শাকাংথক্তা খৌথাবা-ও।
লৈশং খেকরাইবা-ও লৈশং খ্যোমবা-ও। মৌলৈ লৈরোংকুম্বা অচুম্বা-ও।
নমিংদি খিং শেং উম তং নিংথৌ চিংমোংবা হং হং তোংনিংথৌ কৌবা-ও।

লাইশোন্দি :-

কাশা নোংথৌ লাইমিংথৌ।
 মাংশোকী খাংলাবুদা সনা তাংবল ওইনা ফমফমবা-ও।
 নহাকপু কৌববেন মচা অহলবা-ও।
 সোংলেল লাহুবা-ও।
 তখেল লাকচিল ফম্বা, ময়াং শগোল তোংবা।
 কোবি শাজে ৯ ফাংবু শুবা-ও।
 নোংথৌ মখোঙ ৭ লক কোষবু।
 অরা হুবাং শোন্দবা হে নিংথৌ শিদবা-ও।
 নমিংবু মা সন্তাবেঙ তবেঙ তকুপ্লা-ও।
 নাপাতাও, ও মানা ননাইবু মতাউ মপিজা থোইনবা।
 মযাম্মা মপুনা চান্নবা লৈমা নিংথৌনা খংনবা।
 পুন্নি নোংশাংনববু কুবিবম্মু। অসুম শোম্মা খুকুম-ও।

তেপাল নীবগীনে। পোংয়াওদি :-

শাবেল ও শাপা ও হৈপাল লাপাল চেং যেকম পানা কা লৈশং লৈ অযাম্মা। সনা লুপা অসেংবা কোনযাই পু মা। লাথা পোংথা হায়গে :- কোনযাই পানা কা লাদা হাপুনা মনুংদা থা-ও। লুকলেল ও শেম-ও। লা ২ দি উপনা থা-ও। লা ১ দি লোংনা থা-ও। লাশেং ৭ য়ে-ও। অরাং থংবদি লা লোংনা থা-ও। নমলোন্দা লুক্লেল ১ থা-ও। চেং যেকম হৈ লৈ পানা কা হুনি নাবোং খাং-ও।

তেপাল অপোকপা নিবগী রাফোংবদি :-

কাশা নিংথৌ লাইমিংথৌ।
 অপোক অশাংপা অকু-অয়েলবা।
 সনা তেপাল পুঙ মথজা ফমফমবা-ও।
 উয়ুংচক ময়ুংনা কোনখাবা।
 লাইবেল অঙৌবনা থোঙ থিংনবা-ও।
 পাং নমথিবদা কুনবা-ও।
 শলখোম অহিংবনা গাওন্নবা-ও।
 নমিংবু কোনশৌবেল কৈবেনবা কৌবা-ও। অসুম্মা শোল-ও।

তেপাল নামুংবা কৌবা নিবদি :-

কাশা নোংথৌ লাইয়িংথৌ।
সনা তেপাল পুঙমায়দা ফমফমবা-ও।
নহাক নামুংবা-ও।
নমিংবু সনা কোনশৌবেল কৌবা-ও।

তেপাল ব্রাংঙা নিবদি :-

সনা তেপাল পুঙমায়দা ফমবা-ও।
লাংলেন কোংয়াং ব্রাথাবা-ও।
লোকলৌ শোইনাও, থোম্বা-ও।
কোয়াং ব্রাপল ফবা-ও।
লোকলৌ শোইরেল হনবা-ও।
মথোঙ শলচিবি লীওঙনা।
মতৌল সনা লৈচেঙ হাযনা পানবা।
উকম ব্রাহোংবা, শিংচাকোনখিনবা। তয়ম নাইশিবা।
কাওবী শল লোয়ববু কুবি ও।
নপল পলেম-নমা হাওরোক অঙলবা।
নদু কোহৌ অবেম্বা চনু।
পাথুপ নোংলোল, নোংবা থায়াল য়েলফবী।
ব্রাংবল লৈমা নাহুইনু।
চিনফু রোইনাই কোহৌসু লিলকোইগী।
পানবা কৈখোম থক্লা নাউনৌবা।
নুঙকাং শাকাং থক্তা যৌথাবা।
লৈশাং খেকব্রাইবা। লৈশাং খায়োম্বা ও।
ননাইবু পাওই পুওইবা ওমদম যৌরাংবা।
মতাও মপিচা থোইনাবা। ময়ামমা মপুনা চালবা।
লৈমা নিংথৌনা খঙনববু কুবিরম-ও। *হায়না শোল ও।*

ঈশিং তাবগী চাক ওকপদি :-

লাতৌল ১ লোংনা থা-ও ৭ লক চোয়বা চেং খরা য়েকুম ১ থেং-ও। ওনু চাক লিকতাবা ১ লাংথ্রৈ
মপোপ ৭ কোক্তা থাংকত্তুনা কংলো।

লাইশৌন্দি :-

লাইয়িংখৌ শোবাবেল নামুংবাও।

ননাইদা ঈ থাবিবকপদি।

ননাইনা চাক ওকচবনে। *হায়না কৎ-ও।***খৌনি পোংয়াওদি :-**

মকমদা মৈমৈ যৈদুনা মৈদা থুমনা ইতুনা থম-ও। মফম অদুদি খবাই খন্দুনা থম-ও। তাক্লেইদি হুহুঙ্কুনো। ঙানু খুনু যেল ৭/৭ কস্বী ৭ লৈবি ৭ খাংঘা পোল ৭ খামেল পোল ৭ পান পোল ৭ শিং পোল ৭ চেং যেকম হৈ লৈ লৈশং, পানা কা।

লাথা পোংখাদি :-

সুমাইগী চিথেক থা থংবদা লৈঙেই চাই-ও। উতংনা থাবা শা-ও। থাবা মথোন ২ শা-ও। কোনযাই হান্না হুল-ও। মথক্তা পুঙঙৌ খল-ও। কোয়নসুঙ খল-ও। থাবা মথক্তা ফক্লেং ১ থা-ও। ফমফি অঙৌবা ১ থা-ও। যোংফিবাক ১ শেল ২ থা-ও। লা লোংনা থা-ও। লুক্লে ৭ শেমও। চেং যেকম হৈ লৈ পানা কা লৈশং হাপ-ও। থাবা মথোল ১ দা কস্বী লৈবী থা-ও। শাফুং ফু ১ চাপাল ফু ১ মনুংদা মথাক মথুম সূনা হাপ-ও। ঙানু ৫ যেল ৫ খুনু ৫ পোল শাদুনা থা-ও। লৈপাক মথা থাবাগী মযাদা লুক্লে ১ লা উপা থা-ও। লামেং লাবোল ৭ যৈ-ও। চেং যেকম পানা কা লফেই হৈ লৈ, মবম সূনা হাপ-ও। শাফুং ফু ১ চাপাল ফু ১ মথাক মথুম মবোই সূনা হাপ-ও। ঙানু ২ খুনু ২ যেল ২ শিংপোং ৭ লাপোং ৭ খাংঘা পোল ৭ খামেল পোল ৭ পাল পোল ৭ শিং পোল ৭ মমাংদা থাও। চিথেক ৪ মাদা লফু ৪ চু ৪ উচিমৈ ৪ ফিবাল ১ লফু ১ চু ১ পাঙল পুল ১ থাওমৈ ১ থেং-ও। চিথেক ৪ মাগী নমলোলদা অদু খৈবিকতা লোয়কক নাওকক সূনা থা-ও। চেং যেকম হৈ লৈ পানা কা মশিং সূনা থা-ও। হনি নাবোং খাঙ-ও। থোঙচিন থোঙয়া খাত্তনা থা-ও।

ব্রাফোংবদি :-

কাশা নোংখৌ লাইয়িংখৌ। শোবাবেল নামুংবা-ও।

লাইজ ঈথাবা-ও। ঈমু খলওলবা। ঈঙৌ চাংচিংবা।

উল তকক ঈবিবা, রাউ তকক ঈ থাবা-ও।

কানবী চাবিশুবা উলথম চাবি চিংবা।

চিংঙু লাইজ ঈথাবা-ও।

নমিংদি খোংঙাইবেল কৌবা-ও।

ননাইনা খুৎফাং চাংজৌ তরা মানা।

মতু মমাল খাক্তনা লুমজবনে।

ননাইবু পুন্নি নোংশাংবা অফববু কুবিরমও। *হায়না শোল-ও।*

কুম অমরক্কী ঈরাতি :-

কাংঙা মতুমরানা হামেং ওইরবসুঙ শাপাদি ঙানু খুনু য়েল চেং য়েৰুম হৈ লৈ পানা ক্কা ফমফি ১ য়োংফিরাক ২ কোনয়াই পু মা ফক্লেং ১ চিথেক্তা লৈঙেই চাই-ও। পোংয়াওসুঙ লাথাসুঙ লাইশোলসুঙ অসাইগী অদুনা শোল-ও।

হকতা য়ুমকৈদা ককথি মুখি তারবদি য়ুমচিন লোইনা কোক-ও। য়ুমগী ফমফমলাং মনুংনা মী মহাক্তা তাববদি রাখিদনা কোক-ও। ফু অহনবা ১ দা ঈশিং শোক্তুনা নাপি শিংবী মরোয় শুনা হাপুনা ঈশিং খিক্তুনা কোক-ও। মহাক্তা তারবদি, মানা শেংপা ফি য়ুমদা চলহৈদে।

কোকুবা পোংয়াওদি :-

ফি ১ য়োং খুনেং ২ শেল ২ লাতেল ১ দা চীরক্তা থা-ও। চেং য়েৰুম হৈ লৈ পানা ক্কা থা-ও। শোলবা নাপি শিংবী মরোয় শুনা হাপ-ও। কোক্তা খিক্তুনা শোল-ও। সুমাইদা কোকথোক্লবগা মফি অমাংবদি হোংদোকহল-ও। ফি অশেংবা শেংহল-ও। অদুগা পোং অদুবু খুকুমহল-ও।

লাইশোন্দি :-

নোংখৌ শোরাবেল-ও।

ননাইদা ককথি মুখি তারবা অসিবু।

অসিগী নুমিত্তা কোক্লবনে।

অরু অপানবা অকল অয়াংবা।

শলচি নাইরোয়বা কুবিরম-ও।

লাইপোং অদুদি মাইবগীনে।

শাঙায়সেন মৈবী য়াকাবী সকুবী থোইয়া ৫ মা অসিগী পোংয়াওদি :-

মুংফি ১ শারেং চৈথা পোং থাদবা ১ কোনয়াই অশেংবা পু ১ চেং শঙবায় ১ উচেকলুম য়েৰুম ৩০ হৈ লৈ পানা ক্কা হৈরম ৭ খরাই অচৌবা মনা ৪ পানবা ১ উত্তং তুম ১।

পোৎয়াও লাখাদি :-

খবায় অদুদা লা লোংনা থা-ও। মথক্তা মুংফি ১ থা-ও। ফি মথক্তা চেং থা-ও। সনা হাপও। শাবেংদি চেং মযাইদা উপ্পা শাংনা থা-ও। মযা কাবাক খন্দুনা স্না লুপা হাপ-ও। শেল ২ না মনা শা-ও। মমাংদা চেং যেকম শেল হৈ লৈ পানা কা মবোই শুনা হাপ-ও। অসিদি শা মহাকীনে।

শা ভোংবগী পোৎয়াওদি :-

ফক্লোং ১ ফি অঙৌবা ১ লা লোংনা থা-ও। চেং যেকম ৩০ শেল ৩২ হৈ লৈ শুনা যাউ-ও। পানা কা যাউ-ও।

লাথা পোৎখাদি :-

মানা তাবা মফমদা রাই তৈথোক-ও। যাম চাই-ও। ফি থা-ও। ফি মথক্তা লা লোংনা থা-ও। লুফ্লেল ১/১ শেম-ও। চেং যেকম পানা কা থা-ও। হৈ লৈ থা-ও। শেল হাপ-ও। শা তোংবদি মমাংদা থা-ও। শাগী পোৎতি মতুংদা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

কাশা নোংখৌ লাইথিংখৌ।

নংগী হে শা কৌবা-ও।

শাগী মকোক-ও। যাহৌদবিঙৈদা নমৈবু মযানা চিল্লা লৈবা-ও।

নংনা লেংলবদি নমৈ তিংথোক্লবনে।

নযা কাথোক্লবগা। অপানবনা মথক্তা তোংলবগা।

নমিংবু শংথুপত্রিং কৌবা-ও।

অপানবগা নবিংঙা লোইনদুনা।

তাইবং পানবা অসিবু কোয়না চংপ-ও।

নঙগী চাকচা ফমফম অসিবু তস্বীববনে।

নমিং নমায লৈখি-ও।

অতৈদি লকাবেংবা লৈয়ে। নোং কাবেংবা লৈয়ে।

লৈতুবেঙবা লৈয়ে। নোংতুবেঙবা লৈয়ে।

অসিরাইদি যৌফবোইয়ে।

অপানবা নমিংদি তবঙ ঙাংঙাল তুহীং নং হংবিবম-ও। *হায়না শোল-ও।*

পোংয়াওদি মাইবগী মশেলনে। অসি লোইববগা থোঙ থিঙ-ও। খোইবু তিংখং শায়বা চহুই, উতং মতুপ ১
য়োং ২ শুক ২ য়াক্কোং ১ ফক্কোং ১ য়ুম মনুংদা লৈবা খৈবিকী শেল ১/১ অসিবশিংগী শেল ২/২ মফমদি
সুমসঙগী মপান্দা চৈ ২ য়ুং-ও য়ুখল ২ খল-ও।

অচঙবগী ফক্কোং ১ থা-ও। মথক্তা ফি থা-ও। ফি মথক্তা শেল থা-ও। য়াক্কোকতা শেল হাপ-ও।
মপাল থংনা মাঙদা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

হে লৈনুং পুংখাং হনবা-ও।

পুঙলাই কোচা ঐ।

অমল শীংদা হাপ্বা-ও। অসিবদি অসুয়া শোল-ও।

অচংবগী লাইশোন্দি :-

লিকিংলেমা খাম লৌরে।

মীহিং লেমা ঙাকলৌরে।

মীখাম লেমা খামলৌরে।

অদু হায়দুনা খোঙ খুং থীন্দুনা ইল খালফমদা ইহ্লোক-ও। খামজরবনে হায়না ফক্কোং অদুদা লোজুনা
থুনা লপয়ান কাদা চিংশিল-ও। শায়বা লিকিং খোইবু তিংখং থুনা থা-ও। উতং অদু খায়দুনা উপনা ফৈনা
ফুম-ও। যোং ২ মাতি খোঙচিন ২ মাতা শুক অদুনা সুচিল-ও। লাইশোন্দি :- হে শাগী মপু-ও। নংনা
থিংবী-ও। খোঙ খুং থীন্দুনা কৌও। অসুয়া ভৌ-ও।

ইশায়ফু চেংফু পুখম তেঙ্কোংনচিংবা খোংলিবা খৈবিকী ইরাত্তি অমত্তনে।

অহানবদা চাক ওকপদি :-

কৌ মরম ৭ কী চেং খুংনা খোকপা। কোনয়াই অশেংবা পু ১, ঈশায়ফু মনুংদা হাপ-ও। চেংফু ওইরবদি
মখোঙদা থা-ও। খোংলিবা অয়াসদি লাইরেম্মা নামুংবিগী মমাংদা থা-ও পুনসিন্দুনা।

পোংয়াওদি :-

কৈথেল ৩ গী নমোক লাইরেম্মাগী মমাংদা থা-ও। চেংদি মখোঙদা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

খৈয়ি খুইয়ি চু চা নে নে নে। শোল-ও।

ঈশিলফম মমাংদা শোলবদি :-

কাশা নোংখৌ লাইয়িংখৌ।

লাইরেম্মা নামুংবী নঙনা অফবা কুবিরম-ও।

মতাও মপিচা থেইনবা।

ময়াম্মা মপুনা চামববু কুবিরম-ও। হায়না শোল-ও।

মুনগী মনুংদা লৈশৌ শৌবা। ফুংগা মনুংদা থুম শৌবা অমাহানে, পোংয়াওদি :-

কোনয়াই পু ১ য়োংফিরাক ২ শেল ২ চেং য়েকুম লৈশং পানা কা লফেই হৈ লৈ উতংনা খারা শা-ও।
মথজা লা লোংনা থা-ও। য়োংফিরাক শেল কোনয়াই থা-ও। লামেং লারোল ৭ থা-ও। চেং য়েকুম হৈ
লৈ পানা কা থা-ও। মরোই শুনা যাউ-ও। খারা মাখাদা লামেং লারোল ৭ থা-ও। চেং য়েকুম লৈ পানা
কা মরোই শুনা থা-ও।

ব্রাফোংবদি :-

কাশা নোংখৌ লাইয়িংখৌ।

লাইরেম্মাও নোয়নু থুমওইবী-ও।

তাংজ শমপোজবী থিকলেন থানাইদবী।

লৈনুং চিরিবি পিরিংনু মাইরেংহৌবী নংনা।

ননাইবু য়োকপিগে হায়দুনা লাকপিবৈ।

ননাইদা চাক্কা ললকাববু কুবিরম-ও।

হায়না শোল-ও। অশৌবা থুমদি লোকুনা চা-ও য়ুতুগী মশেলনে।

লৈশৌগী লাইশোন্দি :-

লৈরিংলেন অপোকপা নহাকী নমিংদি লৈচিকশা কৌবা-ও।

নঙগী চাকচাদি অসিনে।

লৈকিংলেল লাই-ও চংফরোইয়ে।

লৈতারেঙ নঙ তাথোক-ও।

লৈপুরেল নঙনা পুথোকপি-ও। হায়না শোল-ও লোইরে।

মুমগী মনুংদা উয়েল শৌবা খেবিক্তি অমাহানে, খোনি পোংয়াওদি :-

কোনয়াই পু ১ মাংদা থা-ও। চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা থা-ও। কৈথেন্দা য়োনবা শাদুম অটৌবা ১
লৈ-ও। অসি খেবিক্তি উয়েল মখোঙদা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

হে ব্রালতং লাবাও।

নঙগী নঙাল নশানা।

অফবা কুবিগে হায়দুনা শৌখৎলকপনে।

ননাইনা তাংজসুনো। হায়না শোল-ও।

উয়েল চাবা ওইরবাদি চা-ও। চাদবাদি হুহোক-ও। লাইপোংতি মপুনা লোফুনা চা-ও লোইবে।

লৈপাক লাংপগী পোংয়াওদি :-

শারেন্দি ওক্রে ওক লৈত্রবাদি য়েল ২ নে। য়েল লৈত্রবাদি ঙানু ২ নে। লাইরেন্সাগী মমাংদা থা-ও। ফক থা-ও ফক মথজ্জা ফি থা-ও। য়োংফিরাক ২ শেল ২ কোনয়াই পৃ ১ থা-ও। লৈহুল ৭ লক হুল-ও। লা উপনা থা-ও। লারোল ৭ য়ৈ-ও। যুবা হুহোক হঞ্জিন ৭ লক থা-ও। হৈ-শিং মেং-ও। লুকলেল ৭ শেম-ও। লাইশোল্লাবা শিং খরা থাক-ও। মৈবা চিংদুনা শাফুং ফু ১ চাপাল ফু ১ থোংখং-ও। শাদি লাতোল ১ দা থাদুনা লাইদা কং-ও। ঈরাং পুল ১ দা ঈশিং শোফুনা য়ুরা হলথোক হলচিলবদা হাপুনা খুত্তা শু-ও। হনথোকপদি য়ুম্মাঙ থং-ও। হঞ্জিলবাদি য়িমনিং থং-ও। শিং ১/১ পাইদুনা শোল্লাবগা ২ মা লোল্লদুনা থম-ও।

লাইশোন্দি :-

মাগী লম্বু হান্না শোল-ও।

হে লৈপাক লৈমুরোন ৭ মা-ও। লৈহাওবোন ৭ মা-ও।

খৌবি লৈফনবী নঙনা। শেনবী কবো পাংনা লৈফলবনে।

ঙাংঙোই লৈরান্নী নঙনা। থোংনাং ময়াং পাংনা লৈরান্ননে।

খৌবি লৈফনবী ঙাংঙোই লৈরান্নী নঙবু তাইবনে।

তম্পাক লৈসুপ য়ান্নী লৈশোয় য়ান্নী-ও।

হুপ্পা হারাকা কোনতে শেলপাংগা পোকলিবি-ও। নঙবু তাইবনে।

য়োংমু য়োংশেলকা নুঙওক পাইপংকা খৈরোই উপোংকা খুংপিং খুপাইকা।

পেংসিং নাওশংকা পোকলিবি-ও। নঙবু তাইবনে।

নদাইরেননা মেনথোকপনে।

তম্পাক লৈমুরোল ৭ মা-ও। লৈহাওবোন ৭ মা-ও।

চাচাক চাহাওকা মোরাসী নাওরেনতোনকা পোকলিবি-ও নঙবু তাইবনে।

কোনতে সেলপাংকা পোকলিবিও নঙবু তাইবনে।

লৈরোল লৈমা কাংচাইবী-ও।

শয়ি কুইগা, উচানগা তনমুগা তনহাওগা উথোক খালদোমগা পোকলিবি-ও।
 উপল কারোংগা পোকলিবি-ও নঙবু তাইবনে।
 নশু হে পুংথৌ, হে পেম্মশিংবু। চাককু ললকুবিরম-ও হাম্বগী তাইবনে।
 অসুম শোন্দনা লুক তং-ও। লোইরে।

অনহা লৈবা লাংনবদি :-

য়েল ২ লৈতরবদি য়েকম ২ য়োৎফিরাক ২ শেল ২ য়োং ২ লাভোল ১ থা-ও। ফমফি ১ থা-ও।
 ফিরাক শেল থা-ও। হৈমাং শিং মেং-ও। লুক্কেল ৭ শেম-ও। ঈরাং পুল ১ দা ঈশিং শোক্তুনা মুহা হলথোক
 হলচিল শাদুনা খুতা পায়-ও। ঈশিং হাপ-ও। য়েলদি মাঙদা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

কৌবরেন শারোয়, রাংবরেন শারোয়।
 থাংচিং শারোয় মার্জিং শারোয়।
 নোংপোক শারোয় নোংচুপ শারোয়।
 শারোয় অপিং অপাইবা শাখৌরাবা-ও। য়ুখৌরাবা-ও।
 নাশারাংনে-লাংখিরা-ও। নমু রাংনে লাংখিরা-ও।
 নশু হে পুংথৌ হে পেম্মদি। কন্না তান্নকে।
 পুলি নোংশাংনগে।

হায়না শোল-ও। শাফুং ফু, চাপাল ফুদগী লোকচা-ও। শা হাপ-ও অসুমনা তৌ-ও লোইরে।

লৈশাগী চাকথাক্তি :-

লপয়ান কাদা লা থা-ও। চেং হাপ-ও। শা খিচিক হাপ-ও। লৈদি মকোক্তা পুন্না থা-ও। লাপনা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

লৈরেংবা শারেংবা-ও।
 নমিংবু লৈচিকশা কৌবা-ও।
 নংনা লৈবা নুমিত্তা য়ুম হৌচিললে।
 অসি চাদুনা থোকখিরো।
 নশু হে পুংথৌ হে পেম্মবু।
 অফবা নুংঙাইবা কুবিরম-ও।

হায়না শোল-ও। অদুগা নিংচিংনানা চিংথোক-ও। মপালদা হুংহোক-ও। লোইরে।

অথক অখংগী রা হায়গে। পোৎয়াওদি :-

খরাই ২ দা লাতোল ১/১ থা-ও। য়েকম ১/১ হাপ-ও। চেংসুং হাপ-ও। শাদুম ১/১ হাপ-ও।
উতংগী তুম ১ শা-ও। খরাই মথক্তা হাপ-ও। অরাং পাংনা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

ইমানা শারেং মতুপ লৈরকপা।
তাউবা হুইনা চাখিরে।
অয়ুক করি চাসিবা নুংদাং করি চাসিবা।
হা ওক, ওক অথকপা নঙ থরুকুনো।
অখংবা নং খংলগনু।

হায়না শোল-ও। খুবাক খুথোক-ও। নখুং য়েংনা হেক চিংথোক-ও লোইরে।

তৎনবগী চাকথাকনে :-

পুখম ২ দা লাতোল ১/১ থা-ও। চেং য়েকম হৈ লৈ পানা কা লফোই লফাং চংথোকপা ১ হাপ-ও।
লা উপনা থা-ও। লপ মথক্তা লা লোংনা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

ময়াদা নুমিং থাবু তৎনবা-ও।
নংগী চাকচানে।
কাশা নোংখৌ লাইয়িংখৌ।
লৈপাক্কী কৌরোংদি লৈতাবেংবা কৌএ।
নোংখৌগী কৌরোংদি নোংতারেংবা কৌয়ে।
কৌরোং ২ মাকী মরক্তা। অঙাইরেমা ফময়ে।

হে অঙাইরেনও নঙনা নুমিং থাবু তৎনহনকুনো। অসুম হায়না শোল-ও।

অয়ুক নোং শোয়রবগা মাইবদা পি-ও। চাপোকপসুং। য়ুম শাবসুং অসুম তৌ-ও লোইরে।

লৈখোঙ লৈরাই কায়বগী ঈরাতি :-

পুল অহলবা ১ দা অয়ুক ওয়া শোক-ও। নিংশা হোনকুনো। য়ুমগী কারন্দা থা-ও। রাই তৈও, পুখম ১
দা লা উপনা থা-ও। হৈরুক ১ শেমদুনা হাপ-ও। উচিমৈ মতোল ফবা ১ দা ফিরান অঙৌবা ১ থেং-ও।
মিস্বীরেন্দা রাই তৈনা থেং-ও। ঈঙ্গিল পুল খিল-ও। চিথেক ৪ দা রাই তৈ-ও। চিথেক ৪ দা লফু ১/১ চু
১/১ উচিমৈ ফিরান থেংলো হৈরুক ৪ শেমদুনা ১/১ থা-ও। ময়াইদা শোল-ও।

লাইশোন্দি :-

চিথেক ৪ মাদা চক মরিংবা তাং মরিংবা, মুংমবিংবা কনতৌ-ও।

নখেয় ৪ মানা লৈখোঙ লৈরাই কায়রববু চেংনা ঙাক-ও। *হায়না শোল-ও।*

য়িমমাংদা শোনবদি :-

তুম্মারেংবা। য়িমনিংদা তুমহারাবা।

নঙদি নোংশিং নোংহুম চেংনা ঙাক-ও।

খোঙপুল্লেল লাইচি পুল চিলপুলেল।

নোংপোক লৈতোংহুক তোংহুকপা লৈপাকী য়ামফা ফাচিল্লো।

লৈপাক মাইবাহনবা লৈকারেংবা।

নোংখৌ মাইবাহলবা নোংকাবেংবা তাঙ-তোঙ।

ননাইবু অফবা কুবিরম-ও। *হায়ও লোইরে।*

থারোইনা চিকপগী পোংয়াওদি :-

থোংখিং পৌরোনসুঙ অসায়গী পোংয়াও লাইশোন অদু অমাহানে চেংনা খঙ-ও।

লমথি ব্রাইথি ফন্তবদা য়ুমদারুবগী ইরাতি :-

হৌদোং অমুবগী মকোক ১ শামু মরু খুজিল ১ হুই অমুবগী মকোক ১ যোং মকোক ১ লৈকাপ ১ নোংকাপ ১ থাংজৌ ১ চাহাও মংখাংগী বইয়ু খাচম য়াইঙং য়াইখু হোংঙু থাংজ নুমিৎকী য়োংখি ফৌগাকী চেং য়েরুম ৪ শেল ৭ হৈ লৈ পানা ক্বা চিথেক ৪ মাকি পোংখাদি :- হৌদোং মকোকা নোংকাপ মচিল পাংমা য়ানবা ১ গা হায়রিবা অসি থৈবিক্তি নোংপোক লম ফুম-ও। হুই মকোক্তি লৈকাপ মচিন ২ পানবগা হায়রিবা মরোই থৈবিক অসিগা নোংচুপ লমদা ফুম-ও। য়োং মকোকা থাংজৌ মবোই হায়রিবা থৈবিক য়াওনা অব্রাং লমদা ফুম-ও। শামু খুচিনগা লৈকাপ ১ গা মরোই হায়রিবসি সূনা খারমদা ফুম-ও। মকোক ২ মাদি নোংপোক লম ওল-ও। চিথেক ৪ মাদা চেং য়েরুম ১ শেল ২/২। হৈ লৈ পানা ক্বা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

হায় লৈথিও নোংখিও লৈহিংশাথোক্কপও।

নোংনিং শাথোক্কপা-ও।

লৈনিংশা নঙবু থোকফরোই।

নোংনিংশা নঙবু থোকফরোই।

লৈকুং নঙসু থোকফরোই।

লৈয়ারাং নঙ লাংফরোই।

লৈকারেংবা লৈয়ে।

নোংকারেংবা লৈয়ে।

লৈতুরেংবা লৈয়ে।

লৈপাক মাইবাহনবা নঙকি য়াথংনে।

হায়না শোল্লবগা য়িমগী কারন্দা য়োংফিরাক ১ শেল ২ চেং য়েকম হৈ লৈ পানা কা থা-ও। চেংনা থাটৌ-ও ফবনে খঙ-ও লোইরে।

লীশিং চাইবগী য়ুরাংবা পোংয়াওদি :-

ওকনসুঙ লাংফয়ে য়েন্সুঙ লাংফয়ে। হৈরুক ১ চাক্ক ১ লফুং ফু ১ শাফুং ফু ১ চাপাল ফু ১ মনুংদা মথাক মথুম হাপ-ও। ঈরাং পুল ১ কোনয়াই পু ১ য়োংফিরাক ২ শেল ২ চেং য়েকম হৈ লৈ পানা কা লফোই লফাং ১ ফমলেনগী লপয়ান কাদা থাখল খল-ও। চুঙ থাং তেন তা য়েপ-ও। ফালটৌ ১ চাম-ও। মথক্তা লা থা-ও। লা মথক্তা ফি থা-ও। কোনয়াই হল-ও। য়োংফিরাক ২ শেল ২ থা-ও। লাইয়িংখৌ লাইবেম্মগীদমক নুপী নিপাগী ফিবোই থা-ও। লৈহ্ল য়েং ওই নাইনা থা-ও। পানা কা মথক্তা হাপ-ও। শামুক মন্স্বাংদা লা ১/১ কোয়-ও। লাশেং লাবোন ৭/৭ উপনা থা-ও। চাক্কক্তা চেং য়েকম হাপ-ও। হৈরুকসুঙ মবোই সূনা হাপ-ও। কাংশুবীসুঙ হাপ-ও। হৈক্ক্লা য়িমনিং থং-ও। চাকলুক্তি য়িমমাঙ থং-ও।

ঈশিংদা লাই কৌখংনবা :-

খয়োম লাতেল ৩ কারমৌও। চেং হাপ-ও। য়েকমদি মচিল থুগাইদনা কোনয়াই পুমা হাপ-ও। লাংথ্রৈ মপোপ ৭ নমথৌ ১ পু-ও। ঈশিং শোল্লক-ও।

লাইশোন্দি :-

লাইয়িংখৌ নিংখৌ লীশিং চায়বা। লীশিং চাতরা চায়বা।

ময়া লীশিং ওনবা নপা মৈতেংঙু লাইরেল শেলবী কাপোম্বনা পোকপা।

নমা য়োয়বু থিংপা মারাম শুদ্বীনা। মোংবা য়িমলেননুংদা নাওপেংকাপবা নাওপেংদে।

শঙকায় কোনলোয় নুংনাংচালদা নাওপেংকাপরা নাওপেংদে।

কংলা থোন ৭ তা নাওপেংকাপরা নাওপেংদে।

লাংশঙ শঙলাং মৈদা নাওপেংকাপরা নাওপেংদে।

য়োয়রেল শঙ নামুংদা নাওপেংকাপরা নাওপেংদে।

শাসঙ য়ুমোই ফাংনা নাওপেংখিয়ে।

তোংচেং কুয়াইনুংগী চুজোই থাঙশাঙ সূনা নাওপেংখিয়ে।
 লাইজয়িদা কুমলবদি নমিংবু লীশিং চায়বা কৌবা ও। লাইরেম্মা হেল্লোই তরেং মানা।
 লাইজ ইবু চাইনা শানতেংঙময়ে ঈরাং চায়বা কৌয়ে। খোইয়ম লীশিং চায়বা-ও।
 কাওরেল শলমাবা-ও। তেকপি ওকপোক তমলিবা। কাওরেল শলপোক তমলিবা।
 য়াংলৈতাওবা হুইপোক তমলিবা-ও। মচেং কাইরৈ য়েলপোকলিবা-ও।
 নঙবু নদাইরেমনা লুক্রেল পমনা হানা। মায়খঙ থাপতোংচাকে হায়বগীবু।
 অসি কোরৌ নুমিংমাদা কাপীরক-ও। শিংলেল লৈরানজরকয়ে। চামলৌ লাফালজরকয়ে।
 লাইয়িংখৌ লিশিং চায়বা-ও। ঈরাং চায়বা-ও। *হায়না শোন্দুনা থেমখংলো।*

লাতোন ১ না খুনেংনা-ও। নাহোং শাদুনা নথাদা কোন্না কারক-ও। ঈরাং শেল ২ মা অদুনা ঈশিং ৭
 লক চায়খংলো। লাংথ্রৈ মপোপ ৭ মা অদুনা থেমখংলো। মমাংদা থাং, মৈবুল ফাললো। শরিক খিং-ও।
 কবোকনা লমলোইনা-ও। থুংলবগা লাইদি ফি মথক্তা থম-ও। নমখৌদি মখুম খুমনা লাই মমাঙদা থম-ও
 মৈবা চিং-ও। শা কং-ও।

মৈবা চিংবগী লাইশোন্দি :-

হাওরৈ নোংফাই মৈ-ও।
 থুমচেং মৈ-ও পলচোং মৈ-ও।
 পিশিমুনা রাইরৌ মৈ-ও।
 পিয়াইনুনা শমলৌ মৈ-ও।
 রাইরৌবনা রাইরৌমৈ।
 শমলৌবীনা শমলৌমৈ।
 লাইয়িংখৌ মৈ, পিনা-ও। *হায়না শোল-ও।*

মৈবা চিংলো মৈ লৌরো। মৈবা য়েং-ও, চবালফু থোংখংলো। শা কংলো।

শা কংপগী লাইশোন্দি :-

অসাই ঈ রানঙগী অদু শোল-ও। শারৌ শিং থুম য়ুহা-ও। য়ুহা ৭ লক হা-ও। চাক শালুক হা-ও।
 হৈরুত্তি লোকুনো। লাইশোন্দি অসাইগী মশেলনে। খুরুমদুনা পোং লোক-ও। ফি অদুনা লাই
 কোনচিল-ও। শোনবদি :-

শলমী নাইমী ফিতপ ফিতাই।
 পুখম কোরি শেলজাওবু।
 য়োংপুল তমপুলপু কুপী ও।

হায়না ফমমুংদা হুচিল-ও। মৈদি নিংশানা কামকুনো লুকতংলো অসিনে খং-ও। লোইরে।

মাইবা ফমদা য়ুরাংবদি :-

ফাল ১ চামতানা থা-ও। ফাল মথক্তা লা ১ থা-ও। যোৎফিবাক ২ শেল ২ থা-ও। নমখাং থাখল খল-ও। লাইয়িংখৌ লাইবেম্মদা লৈছল ২ বক ছল্লো। সমমুক ১ তা লাতেল উপনা থা-ও। লাশেং লাবোল ৫ লোলনা থা-ও। শিং থুম খৌইদিং কাংখুবি হাপুনা সমমুক মথক্তা থা-ও। লাংথ্রৈ মপোপ ৭ না ঈশিংদগী থেমখৎ-ও। ঈরাল শেল ২ অসিনা ঈশিং ৭ লক চায়খৎলো। লাই থেমখৎলো। নাহোং সানা পুখৎলকউ। থাং মৈবুল ফাল-ও। চেংনা লমলোই ওইনা ও। লাইদি ঈশিংদগী নাহোং শাদুনা পুখৎলো। নমখৌদি মখাদা থমও। লাইদি মফমদা থম-ও। মৈবা চিংদুনা ঙামু ৭ তং তোঙকোল মনুংদা হাপুনা মৈদা হাইদনা শিহললো। লৌবিঙৈদা নিংশানা কামকুনো হুম্মাইনা হুম-ও থুম মৈদা য়িক-ও। ঙা থুম শিং হাপ-ও। যুহা ৭ লক হা-ও।

লাইশোন্দি :-

অসাইগী অদু মশেলনে। শোনবা লৌইববগা। লাইদি ফিনা কোনশিললো। লৈদি কোক্তা চিনলো। লুক তং-ও।

রা লোংবা, লফু লোংবগী খৌনি পোংয়াওদি :-

চেং যেকম হৈ লৈ পানা ক্বা যোৎফিবাক ২ শেল ২ ঙানু ২ যেল ৩ খুনু ২ সুপ্পা ১১। রা ওইববদি মখোঙদা রাই শেঙ-ও। কোনয়াই ছল্লো। মাগী লম্বু হান্না শোল-ও।

লাইশোন্দি :-

লমলেম অনি বক-ও। তুনেম অহুম লক-ও।
তম্পাক লৈমুবোল তবেং মা-ও। লৈহাওবোল তবেং মা-ও।
হুপ্পা হাবাকা কোন্দে শেলপাংকা। পোকলি শাংলিবি-ও।
অকু অয়েলবী-ও। সাতুক সাঙাংকা সামু লৈবাংকা।
নুঙওক পাইপংকা খবোই যুপেংকা।
পেংশিং নাওশঙকা যোংমু যোংশেলকা।
পোকলিবিও অকু অয়েনবী-ও।
চাচাকা চেংমী ফৌকপ্কা। মোবশি নাওবেমতোন।
ফৌবেম ফৌ নিংখৌকা। পোকলি শাংলিবি-ও।
অপোক অশাংপি, অকু অয়েলবী-ও।
শায়ি কুহিকা উপল কারোংকা পোকলিবি-ও।
লফু লাভংকা, লীরাগা লোংরাগা পোকলিবি-ও।

হায়না শোল-ও। কোনয়াই ছল্লো। লোংলিবা খৈবিক্তি অসি মশেলনে লৌইবে।

মকুনা য়িমদা চংবগী পোংয়াওদি :-

মুংফি ১ চেং য়েকুম লফেই লফাং ১ হৈ লৈ পানা কা শা তোংবগীদমকনে। মকু মহাকীদি কৌচেং হারৌ
ঙাখা ঙাচিং চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা খরাই ৪ পানবা ১ দা মকু য়ামবা থাং ১ য়োংফিরাং ২ শেল ২ লফুং
১ কোনয়াই পু ১ তুম ১ লৈদি খরাই মনুংদা হাপ-ও। শাতোংবগী তুম ১ খরাই ১ মুংফি ১ থা-ও। লা
লোংনা থা-ও। চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা থা-ও। মকুদি শা তোংবগী মমাংদা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

হে মকুও নমিংদি কুহিং কৌতবরা।

লাহালতা নঙবু লাইগী য়িমদা চংউ তমদে।

য়োয়মোংবনা শাবা য়িমদা কতৌবা চংবনো।

হায়না শোল্লো। মকু মাৰুদি থাঙনা খায়পোক যানখায়-ও। লফুং থানা যান-ও। উপনা ১ লোংনা ১
ফুন্মো। মচাক্তি মমাংদা থা-ও। মহাক্তি য়িমচিন মপাদা ফুন্মো।

শা তোংবগী লাইশোন্দি :-

লাইয়িংথৌ লৈপাক নোংথৌ লৈতবিঙৈগী নঙকি বোংনা ঙাওয়ে।

নঙকি বোং অসিবু তৌহলকুনো।

অফবা নুঙাইবদুম কুবিরম-ও। হায়না শোল্লো।

ককেলেমা য়িমদা চংবগী থোনি পোংয়াওদি :-

য়োং ফিরাং ২ শেল ২ চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা থা-ও। তুম ২ খরাই ২ কাকলেনগীদমক শা
অহিংবা শাদুম ১ থাংচি ৭ থোক্কা য়েল্লো। লা লোংনা থা-ও। চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা থা-ও। তুম ১
য়ুং-ও লফুং ১ থাঙ ১ কাকলেনগী মমাংদা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

নোংথৌ শোবাবেল-ও পাখঙ য়োয়রেলবা নঙকি বোং অসিনা য়িমদা চংলকয়ে।

হায়দুনা শোল্লো। কাকলেন অদুব লফুং ১ থাদুনা থাঙনা খায়পোক খায়দুনা ১ উপনা ১ লোংনা
ফুন্মো। মচাক্তি মমাংদা থাবম-ও। খরায় থোঙচিন্দা ফুম-ও। কাকলেনবু রাবকনবনে। অফবা নুঙাইবা
কুবিরম-ও। হায়না অসুম শোল-ও। পোংয়াওদি মাইবগীনে। লোইরে।

খরংনা য়িমদা চংবসু পোংয়াও অসি মশেম্মে।

লাইশোন্দি :-

সরারেল মচা অহলবা নুংনাং শাকাং থজা খৌথাবা।

পানবা কৈখোম থক্সা নাওনৌবা।

ননাইবু নঙনা অফবা নুংঙাইবা কুবিরমমো। অসুম্মা শোল্লো লোইরে।

কাকনা য়িমদা চঙবগী থোদৌ পোংয়াওদি :-

যোৎফিরা ৪ শেল ৪ খরাই ২ তুম ২ শা-ও। চেংপাক কবোক চুহী শলখোম লফেই হৈ লৈ পানা কা শাদুম ২ কবোক য়েকম হাপ-ও। মুনিগীদমক চেংপাক কবোক চুহী শলখোম লফেই হৈ লৈ পানা কা খবাইদা থা-ও। ঙাখা ঙাচিংদি তুম মথজা থা-ও।

লাইশোন্দি :-

হে মুনি কাকপু খৌসিবা-ও।

নঙগী চাকচা ফমফম তস্বীরবনে।

কাক নঙদি কদৌবা য়িমদা চংলকপনো।

লাইগী য়িমনী চংফবোই হায়বগী বারকলবনে।

হায়দনা থাঙনা খাযপোক য়ানখায়দুনা উপ্পা ১ লোংনা ১ লাইচিবম ফুম্মো। মচাক্তি মমাংদা থাবম-ও। চাহৈবদি মাইবনা লৌও। ননাইবু কপয়াং তায়ংবা অফ নুঙাইবা কুবিরম্মো হায়না শোল-ও।

উচেক শরুস্বী মোংবা ২ মানা য়িমদা চংবগী খৌনি পোংয়াওদি :- খরাই ২ তুম ২ যোৎফিরা ৪ শেল ৪ চেং য়েকম হৈ লৈ পানা কা কোনয়াই থাঙ ১ অসিদি শা তোংবগীনে। উচেককীদি :- কবোক নাচল ৭ য়েকম ১ কৌচেং থরাও ব্রাহি লৈদি নাপি মপালদা ওই-ও। চংলকপা মফমদা তুম ২ যুং-ও। খরাই ২ থা-ও। লা উপনা থা-ও। চেং য়েকম হৈ লৈ পানা কা হাপ-ও। উচেকী খবাইদা থা-ও। কবোক য়েকম শেল ২ যোৎফিরা ২ কৌচেং থরাও ব্রাহি হাপ-ও।

লাইশোন্দি :-

উচেক নঙদি লাইগী য়িমদা কদৌবা চংলকপনো। অদুগীবু নঙবু বারকলবনে অসুম্মা শোল-ও। থাঙনা খায়দনা মপালদা উপ্পা ১ লোংনা ১ ফুম্মো। উচেক ফারৌদরবদি উচেক লৈতান্না শাদুনা তৌ-ও।

লাইশোন্দি :-

লমপু-ও, তুপু-ও, তবেং লাইকম-ও।

নেমতা-ও, শোয়তা-ও লাইমৈকক লাইমৈশাং-ও।

নংখোয়না খৌশিবকপগী চাকচা ফমফম তস্বীববনে।

অসি চাদুনা হৌখিবো।

ননাইবু কপয়াং তাংয়াংবা অকল অয়াংবা কুবিবম্মো।

হায়না শোল-ও। মপান্দা ফুম-ও। চাকথাকসুং মপালদা ফুম্মো।

উরোক্লা, উসাইনা য়িম চংবসুং তোংবসুঙ অমাহানে পোংয়াওদি :-

যোৎফিবাক ৪ শেল ৪ চেং যেকম ৪ লফেই ৪ হৈ লৈ পানা ক্বা চফু ২ পোনতেন ১ কবোক ঙাখা ঙাচিং কুমচেং কোকফাই যেকম ১ লা উপনা থা-ও। সুমাইদা লুক ৪ শেম-ও। চেং যেকম হৈ লৈ পানা ক্বা থা-ও। মমাঙদা লফু ১ থা-ও। যোৎফিবাক ২ শেল ২ থা-ও। উচেক্তি যাংকোক ১ দা উপনা থম-ও। ঙাখা ঙাচিং কুমচেং কোকফাই কবোক যেকম যোৎফিবাক শেল থা-ও।

লাইশোন্দি :-

লাইবেল ঙাংঙেই যোযমোংবা-ও।

যোযচিংলেল তমহৈবা। তম্পাক লোনকোই লানকোই শেম্বা-ও।

শাবোং পুংমাই চাওবা-ও। খাযসা মিতম শেম্বা-ও।

লোনশেম লালশেমলিবা-ও। নংনা তন্না য়িম অসিদা।

উবোক উসাইনা খবংনা, মুরাইবীনা।

তোংলবা অসিবু তোংফদবনে।

নঙনা কোকথোক চামথোকলম-ও।

ননাই কপয়াং তাংয়াংবা। অকল অয়াংববু কুবিবম্মো।

উচেক মহাক্তা সোলবসুঙ অসুম শোল্লো। নংগী চাকচা ফমফম তস্বীববনে। মচাক্তি মপালদা হুংছোক-ও। লৌহৈবদি মাইবগীনে। উচেক খৈবিক্লা য়িমদা চংলবসু ফুদা ঈশিং হাংপুনা তাইবেম্মা খিকতোক-ও। লৌহৈবে।

ঙালেল খোই খোইবী নমথৌ খোইখৈবিকসুঙ য়িমদা মহুম শাবগী খৌনি পোংয়াওদি :-

খোইবেন থাং ১ খোয়মা ফি ১ শংবাই ১ শা অপুমবা ১ ঙা অপুমবা ঙাখা ঙাচিং য়েল্লাং চাওখোঙ চুন্নাং চুমথাং যাংকোক ১ দা খোইনা থুবা মফমদা ফৌদাং লিকোল ঙাতাং শেল থুম ফৌ মথক্তা হাপ-ও। যাংকোকত

লা উপা থা-ও। যোৎফিরাক ২ শেল ২ কবোক য়েৰুম য়েলাম্ চাওখোঙ চুমনাং ঙা শা ৭ থোক্কা য়েন্দুনা থা-ও। ঙাংখদা ঈশিং শোক-ও। ফৌদাং মমাংদা খিল-ও। খোই মহমদি খোইরেল থাংনা লেন-ও। খোইয়া ফিনা য়োম-ও।

লাইশোন্দি :-

খোইচিকচেং খাংনৌবা খোইরাংচেং খাঙচেংবা-ও।
খোইরোই পাখংবা-ও ঙালেল য়ুশুংবা খোইঙাল য়িমচংবা-ও।
খোইঙাল চাক্কাবা-ও। খোইমু চাক্কাহোনবা-ও। খোইঙৌ ককচেং লেন-ও।
য়োইমোংবগী য়ুমদা কদৌবা নহ্ম শারবনো শাফরোই।
নচাক অসি চাদুনা হৌখিরো। হল্লক তেরককুনো।

খোইগী মহ্মসুঙ মচাকসুং ঈশিংদা তাওথা-ও। ফুদা ঈশিং হাপ্তুনা তাইরেননা খিকথোক-ও। সুমাইদা লাতোল ১ উপা থা-ও। যোৎফিরাক ২ থাদুনা চেং য়েৰুম হৈ লৈ পানা কা হাপ্তুনা শোল-ও।

লাইশোন্দি :-

অসাইগী যোইমোংবনা তৌবদো শোল-ও।
ননাইবু অফবা নুংঙাইনা, অকলবা, অয়াংবা, কুবিরম-ও।

হায়না শোল-ও। পোংয়াওদি মাইবগী মশেমো।

খোইরেল, হয়িংখোইগী খৌনি পোংয়াও হায়গে :-

খোইবেল হয়িংখোইনা য়িমদা থুবসুঙ লৌদা থুবসুঙ য়িমবী য়িহমদা লা য়োম্মো অদুগা ফি অঙৌবা ১ না য়োমমো। অদুগা লাতোন ১ না অমরক লোংনা য়োমমো। পাথোম ৭ লাক্কা পুন্লো। উতংনা খারা শা-ও। চিথেক ৪ মাদা লফু চু উচিমৈ ফিরান ১/১ থেংলো। নমলোলদা উচিমৈ ফিরান ১/১ থেংলো। লাতোন ১ লোংনা থা-ও। লাতোল ৩ উপনা থা-ও। ফৌ মরম ৭ কী চেং ৭ লক চোয়বা নিংখৌকাবদা থুবা য়েৰুম ১ লফোই লফাং চঙ থোকপা ১ পানা মনা ৭ কা মতোল চোংবা ১ লৈশং লাংগ্নৈ মপোপ ৭ অদু খৈবিক য়োম-ও। অদুগা ফি অঙৌবা ১ না অমরক য়োম-ও। পাথোম ৭ পুল-ও। নমলোনগী উচিমৈদা পুল-ও। লফু ফিনা কোই-ও। থকখল খল-ও। মথক্তা লা লোংনা থা-ও। লৈ ছল্লো। চেং য়েৰুম নিংখৌকাবা থুবা য়েৰুম থেং-ও। য়েত্তা ওইদা য়েৰুম ২/২ থেং-ও। হৈ লৈ পানা কা হাপ-ও। লফোই হাপ-ও। খারা মখাদা লাতোল ৭ উপনা থা-ও। হৈ লৈ পানা কা হাপ-ও। লৈপাকপোকপা নুমিং কোকপা য়েৰুম থেং-ও। য়েং-ওই য়েৰুম ২/২ থেং-ও। চিথেক ৪ মাদা লোয়রুক নাওরুক মরোই সূনা হাপ-ও। খোই মহাক্তি লোয়রুক নাওরুক মরোই সূনা হাপ-ও। লুকথক হাপ-ও। স্থাই থুং-ও।

লাইশোন্দি :-

হে কাশা নোংখৌ লাইযিংখৌ। খৌই নিংখৌ অসিবা-ও।
 নংনা। তুবেল মোংবা তুখুলযি তৎতনা চেনবগুম।
 চিঙখোঙ পোইবৈতোনগী মৈ তৎতনা হৌনামৈ।
 চীংশাং খৌইবেনহী অথুম্বা অসিবু নঙনা কুবিবম-ও।
 ননাইবু তবা চাকুৰী-ও। চবৈ ফিকুৰী-ও।
 হে কাশা নোংখৌ লাইযিংখৌ।
 লহান নঙনা সনাচিঙ নাকপাক্তা তুথবগুমবা তুথবী-ও।
 সারাং তুপোঙলেন পোংলেন তুথবা-ও।
 লুমলেল তুথবা নংনা তৎতনা তুথবিও।
 তুখিংলেল নঙ খিঙথবিবক-ও।
 ননাইনা চেংঙৌ ফাহাপ্লা।
 যেফম কাংখিন্ননা নিজবনে। হায়না শোল-ও।

মখাগী লাইশোন্দি :-

কাশা নোংখৌ লাইযিংখৌ।
 তবা চাশৌবা নং শৌখৎলক-ও।
 চবৈ ফিশৌবা নঙ শৌখৎলক-ও।
 লাইবেম্বা পিয়াইনু নং যাবি-ও।
 ননাইবু অফবা নুংঙাইবা কুবিবম-ও।



অকাপ্পা অখিলবা অপোম্বগী

মপাথাংচীনাইবা মপু থাংকোমনাইবা
 পুককথাংয়ারংবা লৈপাক্লি য়ুহারায়ি
 য়োংহিংফোল্লাং তাব রানে
 সেকাক কাইয়ো খাইপোক কাইয়ো
 থাংচিঙ থাং নমিং তারংবা কৌএ
 মাবচিঙ থাং নমিং তারংবা কৌএ
 নোংপোক থাং নমিংদি হেবাগী থাং
 ফিবাকথাং হাইনাইবা কৌএ
 হাই ফেং সেং হিং হাইথরো
 শাকাপ্লি ঙাকাপ্লি শামনু ঙামনু
 মীমনু লৈপাকমনু নোংথৌমনু মৈমনু
 ঈশিংমনু নোংশিংমনু মনু শল্লাই তরেংমা
 হঙস তুমও হঙস তুমও
 ব্রম্ম নংচাকও ব্রম্ম নংতুমও
 নোংপোক থাং থাংচিঙ থাং মাবচিঙ থাং
 অহুম্বগী মমিংদি থাংলেন চীনাইবা কৌএ
 হাংতোক্কো শংতোক্কো হিকতোক্কো
 হিক হিক হিকথরো।

লাইশোল অসি অকাপ্পা অখিলবা অপোম্বা মফমদা শোল্লো ফবনে।

অওবগী

তিন নামুংবা তিনলেনশিদবা
 নুংউ তিন হিক হিকথরো।

ঈশিংদা তুলসী মনা ও থাদবগা লাইরা অসি শোম্দুনা পিথকউ অওবা ফগনি।

অঙাওবা তেনবা

ওঁ হোংযাংশাং

কোংযাং শংসু হংস।

লাইরা অসি মীনা ঙাওবদা ফৈদা তৌদুনা চেনগে চোংগে তৌববদি, তুলসি মনা অহুমদা লাইশোল অসি
শোন্দুনা ঈশিংদা থাদবগা পিথক্লবদি অঙাওবা তেয়ে।

অঙাওবা য়েংনবা

হো শক্তি চোংথোক্লো

জিব শক্তি চোংথোক্লো

মযা শক্তি চোংথোক্লো

মাহা শক্তি চোংথোক্লো

হো হল্লো বো হল্লো

কো হল্লো গুংকগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি খুংপীদা শোল্লগা অঙাওবা অদুগী মবাইবক্তা নমউ মওং তাক্লনি।

অঙাংনা অহিং নুংখিল কপ্লগী

রাকাদাবা কোইজোন্স

নংনা নংগী শককপু পিযু হাযদুনা

অঙাংগী খোইজি খোইযাদা শিকুনা

নচিঞ্জাক তানবদু পিববনি।

লাইশোল অসি শেলখাও অমদা অথুম অহাও খবা পৈশা অমগা হাপুনা রাতোল্লা যাল্লু ফবনে।

অঙাং খোম লাইয়োকপগী

লাংলেন অতোন্স নংদি

তাইবং মীওইবনা মচাগী

নিংথা চাম্বদা শুল্লগা

লেংবান্দা যাল্লবদি তৌগনু

লৈবাক্তা থল্লবদি চংদুনা চাবো।

কোক্লেবা পাইসৈদি শলখিগী তেজোং অনি শাও লাংথ্রৈ মতোন ৭ চেংখুংলাক ৩ খোইদিং অমুবা খরা লাতোন
অমদা হাপলো। শলখিগী তেজোং অদুগী মনুংদা মমাগী খোম নান্ম নান্ম শুমহল্লু অদুগা মথকী রাবী অসি
লীদুনা লাংপিয়ু, খোম লাইয়োকপা ফবনি।

অঙাং চিংনবগী

ছঁ নুংবী নুংলেন ছংঙৈগী ব্রানে
নুংবীগী থনঙৈগী ব্রানে
নুংবী চিংখাইনঙৈগী ব্রানে
নপা থাংদি তোনককপা
নপু থাং কিংনাইবা
হা-সেং-হা-সেং হাইথরো
হাইথরো তারো গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি অঙাং চিংনবদা শোল্লো অঙাং তাবনে ঋঙও।

অঙাংচিংনবদা শোমবা

হাই মায়কৈ মরিমজ্ঞা লৈবা নোং
নংগী নমিংদি নোংগ্রেস্বা কোই
হাই মায়কৈ মরিমজ্ঞা লৈবা নুং
নংগী নমিংদি থাংগ্রেস্বা কোই
শেং কাইয়ু গুরুগী যাথংনি। (থাংলেমি)

খৌরমদি অঙাংপোকপা চিংনবদা লাইশোল অসি লায়াইদা শোল্লো তাদ্রবদি নুপীদুগী মশম মতোন্দা শোল্লগা
মখনাউদা থিল্লো অঙাং তাগনি।

অঙাং চিংনবা তানবা

হাইরে হাইরে হাইরে
লুপিরেন নং খায়থরো
ঈপুমলেন নং তকথরো
শমুমলেন নং শাংথরো
গুরুগী যাথংনি হাইথরো।

লাইশোল অসি লরাইদগী শম অমা ফোয়রগা শোল্লু তাবনে।

অঙাং তিন্না নাবদা

ইঐখ নিংখৌ নংনা
 চোংনে সেকপিন্নে লোইননা
 অচোই লৈমগী হিদেন্দা কাবকপবু
 করিনুংদা
 নহনফমদা হল্পো নতেফমদা তেরো
 গুরুগী য়াথংনি।

অঙাং তিন্না নাবদা শোল্লু তিনহনবনে।

অঙাং তিনহৌবগী

তিনশি লাইশি
 লৈনুং কোরেকপী হক-কস।

লাইশোল অসি অঙাং মশাদা শোনবীবদা তিনহৌবা ফৈ।

অঙাং নুংঙাইনা পোক্কাবা

ওঁ লৈচিনখী নাইপু খেং-খেংথবো খং-খংথবো।

খৌবম অসিদি চাবোক্কদৌরিবা নুপী অদুগী মকোক্তা ফিশা তেমগী মচিন থমউ। অদুগা তেল্লিঙ অদুদনা ঐনা
 পায়রগা তেম মনীং অদুদা শোন্দুনা কামউ, অঙাং নুংঙাইনা পোক্কনি।

অঙাং মীশৌ চংবগী

অঙাংনা মীশৌ চংলবা শোল্লবা চাগেদা থেঙলবা অদুগী ঈরাংতি
 ঙাক্রা ১ য়াইরো মুন্না য়াইরো। হৈবী তিংখং নত্রগা হৈজাং তিংখং ৩ না থিন্দনা শোল্লো পিজ-ও, চাবা
 লেন্সা মরু অদুদি কোমদা ফুমজিল্লু।

লাইশোল অসি মীদুগী মমিং তোন্সা নত্রগা চাওবদু হায়গনি।

তোন্সগী কোক্লেন লুফমদা
 খৌরি চরমদা থবাক ঙাংখমদা
 হকচাং ফিদুপ মাপন্দা

তিংদা য়াংদা নোংশিং নোংহ্ম লৈরিবা
 নখোই পুন্মক হল্লো
 সো লেংউ সো চিংউ সো সৎ
 স: চিংউ স: লেংউ সো: সৎ।
 তিংখংদু মৈদা থাজিল্লু।

অঙাংগী মরৈ চাথংপা ফনবা

কৌজেং নংগী নবুধো মমিংদি
 স্না য়াংবুম তাওবা কৌয়ে।

খৌবম অসি লফু থরো মহিদা খোইহিগা তিন্নদুনা মন্ত্ৰ অসি শোল্লগা অঙাংগী মরৈ চাথংপা পুন্মক ফবনে
 খংঙো।

অঙাং পোক্তনবা

ইমা গুরু ইপা গুরু
 খোইজিদা লৈবা অঙাংদি
 কময়াদা লৈবা অঙাংদি
 নাওরি থিও কৌই
 ঈ-শল্লাই তরেংমক
 ক্লীং কুরুং তুমও
 গুরুগী য়াথংনি শোইফদে।

খৌরমদি খুংনমদা শোল্লগা খোইজিদগী হৌনা কময়ামাওবা নাত্ছৌও অঙাং পোক্তে খঙও।

অঙাং পোকপা চিংনবগী

থোঙলেন নিপান পৌরোন তরেং থাংলোন তরেং খায়রবনি
 লৈরাই ছইশোই পিক্লা লোংলি গুরুগী য়াথংনি।
 ওঁ হক ওঁ হিক কুম কুম হাংলবনি গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি শোন্দুনা মাজোল দারিদা অহ্মনক কাওবদা অঙাংপোকপা চিংনবদু পোক্তনি। নত্রগা লরাইগী
 শম অমা ফোইরগা শোনবা অঙাং তাগনি, থোঙ ফাওবা পৌরোন তাগনি।

অঙাং পোকপা চিংনবগী

ঈসু-ঈরম তবেৎনে
 খোংসু খোংলম তরেৎনে
 খাখোংনে লাইখোংনে মবোংখোংনে
 খোং অহ্ম্যক হাই মাবাও ঈ
 খৌদু নুংথোঙ থিংববু য়ানফাংলাপানে
 গু রুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি অঙাংপোকপা চিংনবদা শিংগী মহিদা শোন্দুনা পিথকও অঙাং তাবনে। থাগী বিতু থিংবসু ফাওবনে।

ওঁহী থাংজিং নংনা পাইজনে
 নোংপোক নংনা থেঙকুনে
 মাঝিং নংনা চিংথোকও
 ইমা লৈমবেন শিদবী
 খাগী থোঙদা ফন্নিবী
 গুরুগী য়াথংনি
 থোঙ হাংও হাই।

লাইশোল অসি লরাইদা শোন্দুনা কামথরবাদি অঙাং পোকপা চিংনবদু চিংনদনা পোকই।

অঙাং পোকপা চিংনবা অমসুং নাউফম তানবা।

খোইরিদি খোইনৌনে নাউফমদি মুহিনে
 লোয়নবদি নাউয়োমনে
 নখোই অহ্ম্যকী নমিংদি অঙ্গো অঙ্গা কৌয়ে
 হে অঙ্গো হে অঙ্গা শজিকনা চিকথবগুম চিকথরো
 থবানা পাথবগুম পাথরো
 নাহন্দি গুকনা থিনকংলু হায়দনা থানা থিনকংথিবনি
 হৌজিক্তি গুরুগী য়াথংনি হায়থরো

শিজিন্নফমদি লাইশোল অসি লরাইদা শোল্ল চাবোকপা চিংনবা নাউফম তাদবদা চিংনদনা তাগনি।

অঙাং পোকপা চিংনবদা শোম্বা

হে গুৰু মেনতে লৈকিনথবা বানি
খমনুং থোংঙাক লাকাবা তেনৌ শোজৈ শংলিবনি
কে-কে হাংলবনি হো হাইথবো
কে-কে হাংলবনি হো হাইথবো
কে-কে হাংলবনি হো হাইথবো
গুৰুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি থোঙগী থোঙজিন্দসু শোলবা চাবোক্কদৌবিবা নুপীগী লৰাইদসু শোনবীবা অঙাংপোকপা চিংনদে।

অঙাং শিনা পোকপা হিংনবা

মোহিনি নংনা কোল্লিবা অঙাংনি
নাওফমদি লোয়নবনে খোয়বিদি খোয়নৌনে
মোহিনিনে খোয়নৌনে লোয়নবা নংনে
নখোই অছম্ৰুকা কোল্লিবা নাওরাসে
তাইবংপান ফাওবগা থরাইদি লৈহৌবে
নখোইদা থরাই মঙামক মিগা থানা তৰুৰুমক
লোয়নবগা তবেংনি মি-মি-কুক-কুক-কুক
খৌরাই হামপোইবিনু মিবেল হামচংনবিনু
মি-মি-মি-কুক-কুক-কুক-ব-ব-ব।

খৌবমদি অঙাংশিনা তাববা কান্দা তৌগনি। লাইশোল অসি শোম্বদুনা নাওফমদা ঈশিং অশাবা য়ৈদুনা নাওফমদগী খোয়বিদি শিংচিল্লুজুনা অঙাংগী খোয়দৌ মপুম ফাওবা শিংচিল্লু হিংগনি।

অঙাং য়াং-চিংবা

তিঙ নংগী মনুংদা লৈবা
তিঙ নংগী নমিংদি
পবৈনু পবৈতেক কৌএ
গুৰুগী য়াথংনি লৈশাল্লু।

কামফম খৌরম লাইশোল অসি খুত্ৰা শোল্লগা “খোইদৌদা লৈয়ু” হায়দুনা খোইদৌদা নাহ্লু। লৌরাইদা শুনু ঈকগা খোইদি থাওগা নৈরগা হাল্লু ফবনি। নত্ৰগা লাই মশিংখানে ঊশিংখানে তক্তনা থবাক কারন্দা তৈয়ু ফবনে।

অথিনবগী (থাংলোন)

হাই নোংপোক অখাইশেল
অখাইশেল অহানবা শেং কাইয়ু
শেং কাইয়ু কাইদবা যাদে কাইয়ু
গুরুগী য়াথংনি।

চন্নফম মীনা মবুক থিন্দুনা নারবা মতমদা লাইশোল অসি শোল্লু।

অথিনবগী

ওঁ মী মনু ঙা মনু
শা মনু ঈশিং মনু
নুংশিং মনু মৈ মনু
লাই মনু শলাই তরেংমা
ওঁ ব্রহ্ম নং চাকও
মহেশ্বর নংতুমও।

লাইশোল অসি অচা অথক্কী পোংলমশিংদা শোল্লগা পিজবীয়ু ফবনে।

অথিনবা লাইমন ফনবা

ওঁ ঙাদা কাপ্লা শাদা কাপ্লা
ঙা মনু শা মনু তুম্মো
য়াং ঙুং হো কক্ কক্
রো কক্ কক্ সো কক্ কক্
মু: কক্ কক্থরো ব্রহ্ম শংশং।

মরমদি তুলসী মনা অহুমদা অহুল্লক শোল্লগা পিথকউ ফবনি।

অথিনবা লেংবা ফনবা

শলাই তরেংমক, শলাই তরেংমক
তুথাং থুয়াথাং উৎসরা উৎককচা
খুদুম চন্নবনে গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি থিনবা লেংবদা শোনবা ফৈ।

অথিনবা হিংচাবীদা ফনবা

হাই সাকোক সারৈ সাকোক সারৈ
সাকোক শমজাইবা হোবে-হোবা-হল্লো।

লাইশোল অসিদি অথিনবা হিংচাবীদা শোল্লু ফনবে।

অনাবা অশোনবনা শামগদবা

চিংথৈ লাবরেল কৌবা ইবুংঙো
চকপা লাবা মিরেনখোম্বা মহাখোম্বা ইবুংঙো
কুমশি শিগদবা নোংমৈ শিবা রানে।

রাইশিং অসি হাযবগা খোং খুং খিং খিং হায়দুনা ৩/৩ বক কাওগনি। অদুগী তুংদা শোলগদবদি :-
কাংখাগুম পোললিংহৌবা, হৈকুমুম পোললিংহৌবা অদুগুম লিংহৌগে।

অনাবা কল্লবদা হম্বা

খোয়গী মখা খুদোল অনিমখায় লৈথবদা লৈরিবা
লৈমরেন গুরু থম্বাল মনা নিপানশুবদা
লৈরিক লাকানুংদা লৈরিবা নচুদি ম্না অহিংবা মচুনে
নওংদি হঙাই তাংশাং মওংনে
নমিংদি অঙ্গলাথা কৌই মি মি কুক কুক
কোন কোন নতেফমদা তেরো নহনফমদা হল্লো।

লাইশোল অসিদি অনাবনা কন্না নাববদা খোয়দৌদা শোল্লু শিবোইদবা লৈববদি হেজ্জা হনগনি।

অনাবা খিবিজ্জা তৌনবা

হে গুরু লৈবাক মাইবহনবা
নিংথৌ মাইবাহনবা কৌবা নংনে
খুরাইতাংবা চিরাই তাংবা কৌবসু নংনে
সোংবু চিরাই তাংবা কৌবসু নংনে
নমিংদি হুইরিরিবা তুম্ব হুইখা হুইখা কৌয়ে।

পোৎলমদি হৈরুক পানা তাক্সা খোয়ক থাংমৈ যাওদুনা স্নামহি খুকুম্বু। মমাবু মপাবু মবেনবু মপুবু মবেনখৌবু
মপুখৌবু রাখ্না খুকুম্বু থাজ্জনা, অনাবা ফবীরো হায়দুনা খুকুম্বো ফৈয়ে।

অনাবনা তুস্বা যাদরবদা

পিশুম লেংশুম তারেং কৌয়ে।

লাইশোল অসি অনাবনা তুস্বা যাদরবদা পিশুমদা তরেংলক শোল্লো তুস্বা যাবনে।

অনাবনা মশা ইংথ্রবদা শোমবা

কু কুঁ কিং ওঁ

ওঁ হে হে।

লাইরা অসিদি অনাবা মীনা মশা ইংথ্রবদা শোল্লু ফৈ।

অনাবা পোংথানবা

থম্মোইগী মনুংদা লৈবা হে গুরু

নচুদি থরো অশংবা মচুনি

নপাম্মোম মরি পাল্লিবা

নখুং খুবাং তরামক্লা

মালা জপ তৌরিবা

রো-রো হুম।

লাইরা অসিদি খুত্তা শোল্লগা থম্মোইদা নমউ অনাবা পোংথাবনে।

অনাবা ফনবা

ওঁ খোইরি নংগী নমিংদি হৌত্রিবা কৌএ

নাওফম নংগী নমিংদি কুকিশংবা কৌএ

তংতো কৌএ হা-মুবা মারালে কৌরিবনে

রে-রে-কুক-কুক।

খৌরমদি মীদুগী পা অমা ফোইদনা লৌরগা খুবাক ময়াইদা হাপুনা নোংপোক ওমা কামথোকও অনাবা ফৈএ।

অনাবগী লাই খুরুস্বা

মঙাং গুরু পুলিবা চহি চাতরেং পুলি
 শুরোন তরেং তানফংই।
 লুবাং গুরু শিদবা চহি চাম্‌মঙা পুলি
 শুরোন মঙা তানফংই। খুম্ন গুরু শিদবা চহি চহ্ম পুলি
 শুরোন অহ্ম তানফংই।

খৌরম অখুম অহাও লৈনচিংবা খরা লম্‌মোঙ অহ্ম ফাংবদা খুকমও। কনঙম হৈঙমদনা নাবা ফৈয়ে নুতিগী
 ওইনা ইশাদা শোন্দুনা খুকমসু ফৈ।

অনাবা শিগনি শিরোই খঙনবা

অমক কাবর ইরিক কারে হোংশিরে
 লৈনপ লৈহিংনপ নংচু ফারবনে।

লাইশোল অসি খুয়াদা উচান থান্দুনা শোল্লগা ইঙ্গৎনা য়েংউ শক্তম অমা উবনে। থোকখিবা উবা ফতে
 চংশিল্লকপা ফৈ।

অনাবা হিংগদবা য়েংনবা

হা নাওরা অঙ্গো অনিমকও
 নাওরা অঙ্গো নংবু হায়গে তাও-ও
 পলেম নমানা তরা চাকথোংলে
 নপল পল্‌হৌনা তরা চাহমবদি
 চাখোম লুরোই অমনা
 লৈমরেন য়ামফা ফানা চাকনে
 চাখোম লুরোই অমনা
 তাইবং মালংপানগী লাংহৈ কুমশিঙ চাক্লে
 চাখোম লুরোই অমনা
 তাইবং গুরু সনা ময়াথংগী
 বিধি নোংদম মতুংইন্না
 মমা খোয়রেন য়ৌনা চাক্লে।

লাইশোল অসিদি চাকতা শোন্দুনা অনাবদা ইনবদা চাদরবাদি শিয়ে। চাখরবাদি হিংগনি খঙও অক্কা ব্রানে।

অপোম অতঙ শোমবা

ওঁ নুংদুম নুংগাই
সেকাক কাইয়ু সেকাক
খাইবোক কাইয়ু খাইবোক
গুরুগী য়াথংনি।

হক্কী ঈশিংদা শোল্লগা থকউ মরম পুম্মক্তা ফৈ।

অপোম্বা অখিনবদা শোমবা

হাই পুকখাই লিলখাই খাইবোক খাই
মপা থাংদি কোংলেলবা কোংলেল নুঙসম্বা
ঙাঙদ্রঙবা ফিরাকখাই হাই-সেং হাই কায়রো

লাইশোল অসিদি অপোম্বা অখিলবদা শোল-ও।

অপাং অনোম চাপান ল

তিল্লিরেল শিও, লাইয়িরেল শিও
খায়িরেল শিও, লিলতাওরেল শিও
তাওরোইনাই নং কেলও, ফুনবী নঙতুমও
পীনাইদবী তরেংমা নখোয়দি নমা নপা লৈতে
শোরগী নোংলুগুগী পোকপনে।
হো কং হো কং কংও
লাইরেল পুমশিবা কংশিবা থ্রক থ্রক কংও।
গুরু অহুম্মনা হাংপা লাইনে শিও-কংও।

লাইশোল অমদি-

উঁং য়েক্কা নাম উঁং য়েক্কা নাম
তীনপীরেন নঙশিও, তীনপীরেন নংকংও
তাওরোই নাই নংসু শিও-কংও
ওঁ ব্রম্ম নংচাকও- কংও।
তিল্লিঙাং তিল্লিশি, লাইরেল কংশিবা

লাকং লাকুম কুমও।

খোংবাল্লাই তীনখাক অমুবা

নমিংদি তীল্লিকক তীল্লিশি কৌয়ে

শিও-কংও, শিও-কংও।

লাইশোল অনিসিদি অপাং অনোম চাপাল লাইনচিংবদা শোলও। অপোম্বসু হঞ্জিনবনে, অপাংপসু ফবনে।

অপোকপা খুরুম্ব

চাংঙু ইপা পোকপা

খোইয়ুম ইপু পোকপা

পোক্লেন পোকপা

শাংলেন শাংপা

তুবী লৈহনবা লাইরেন কোমশাবা

তুবীগুম য়েকশোইদবা

লাইরেনগুম য়েকমাঙদবা

নরুম্বী খোইমোম লাইরেন্বী

লাইস্নাবু লুমনরিবা ইবুংঙো

লৌদা লৈরগা লৌরুংহনবা

কৈদা লৈরগা কৈরুংহনবা

হায়না তেংথানবা ইবুংঙো

ননাই নচা নশুনা

হৈরাং হৈকৎচরি লৈরাং লৈকৎচরি

শমু খুংনা ফংনা লৌবীয়ু

অফবা নুংঙাইবা পিনবীয়ু।

অপোম্বগী

পাখৌ হুনগে খৌরাংবা

উতোং হুঙ্কবনি হেনফরোই

গুরুগী য়াথংনে।

খৌরমদি উতোং অমা কতুননা অপোম্বা অদুদা নমদুনা শোম্বু হেম্ববনে।

অপাৎপদা শোমবা

হঃ কৌবা কংও হঃ তুম্বা তুম্বো
ব্রহ্ম নমিংনে ককও ককও।

লাইশোল অসি হিদাক্সু অপাৎপদসু শোল্লু ফবনে।

অরুম ফনবা

খুজিংখাদা লৈবা লাই নংগী নমিংদি হিংনপ কৌয়ে।

খৌরমদি লংলা ৭ তা ৭ রক শোল্লু, খোঙবী অনিমজা কমা পুন্লু, নুমিং ৩ নিদা অরুম তোকপনি। শুনু
য়াইঙংসু কিশি অদুদা তৈয়ু।

অরুম যাল্লো অরুম যাল্লো

ঐ যাল্লো ঐ যাল্লো।

লাইহৌ ওইরগা :- লাইহৌ যাল্লো লাইহৌ যাল্লো

ঐ যাল্লো ঐ যাল্লো

গুরুগী যাথংনি।

খৌরমদি অরুম হৌবদসু, লাইহৌদসু শোল্লু। ইশাগী শোল্লগা তিল যোংশিল্লু।

হিদাক্তি - সিঙগারৈ মতোন তরেৎতং নুংশা হোন্দনা হেতুনা কুপ্পা শুরগা গুন ২ তরুগা হাপও। তংখাই
অমদি হুন্দোকথো। ঈশিংদা নৈখাইদুনা থকও ফবনে।

অরুম ফনবা অমসুং উশিল

ফিগী মী অমা শারো থৈজুপ ৩ মাইথা ৩ অনাবগী মখুংনা শোকহল্লু, খুয়াদা থাপ্পা অনাবগী মমিং হায়দুনা
লাইশোল অসি শোল্লু

মি-মি-মিরু

য়েং য়েংনা থৈরবনে।

লাইশোল অসি শোন্দুনা খুয়াদা থাপ্পা লোঙপনা উগুনা থম্মু নুমিং ৫ নি শুরগা লৌথোকউ অরুম ফবনে
থংঙ।

অরুম ফনবা

অরুম যানবা, অরুম যানবা শায়ানবা।

লাইশোল অসিদি চাক চাবদা ঈশিংদা শোন্দুনা থকট অরুম ফবনি।

ওঁ ক্লী হৌ অরুম নংগী নমিংদি
হৌঙু হৌলম কৈথেং কৈরুম কৌবনে
হল্লো গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি হোংঙু মকা অমা য়াল্লগা মনীং মমাঙদা কোনয়াই হাম্বু অদুগা লাইশোল অসি শোল্লগা অনাবগী
মস্বাংদা কোয়ু অদুগা মৈদা ফৌ অদুনা কংবগা অরুম ফবনি থংঙু।

অনস্বা কোরুবা

হে গুরু পাখংববু তাইগে
পুরাংববু তাইগে
অমস্বা নংগী নপাগী মমিংনা
অতিংকোক কৌই
নমাগী মমিংনা অতিংঙা কৌই
অতিংকোক অতিংঙা অনিনা পোকইবা
নংগী নমিংদি অনস্বা কৌই
কোরুরে-পালুরে-শেংনরে।

অনম অহা চুবদা লাইশোল অসি শোন্দুনা হাইদোকুরবদি অফবা ওই।

অরেংবা অখিনবা ঈশিং য়াফম ফনবা

এক তুম এক তুম
এক শেং তুম শেং
অরর-অরর-অরর নানবীরো
সোরারেলগী ঝারোজা
নুংগোম নুংবী লৈবনি
স্বাই তুম্মো তুম্মো
গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসিদি ঈশিংদা শোল্লগা পিথকট ফবনি।

অশিবা খাংপোক খন্নবা

খাংপোক খন্নবগী যাত্রা ওইগদৌরিবা বাদু পায়রগা মৈরম লোমদা হান্না লেপ্পগা “মৈরম মৈ থারে” হায়গনি, অদুদগী মোইরাং লাইজিরোমদা লাক্লগা বাদু পায়দুনা লেপ্পগা “থাংজিংনা থাং য়াল্লে” হায়গনি, অদুদগী অমুক কৌত্র লাইজিদা লাক্লগা বাদু পায়দুনা কৌত্রনা কৌথোক্লে হায়গনি। অদুদগী অমুক বাদু পায়দুনা লাক্লগা চিংখৈরোমদা “চিংখৈ নায়েইথে স্বহং অশিবা পন থিংলবনি” অসি হায়দুনা শঙ যাত্রা হুন্দুনা শঙ গল্লবদি মতুংদা শিবা হৌনদে। শিরিবা ইমুং অদুদা নত্তনা লৈকাই ফাওবা ফৈ অদুগা পুকচং ইফাই ওইরবসু ফৈ শিরিবদুনা ঙাকই অমসুং শিরিবা অদুগী দোমতগী ওইরক্কদবা ফত্তবা পুন্সু কোকই।

অয়েকপা অখিনবগী

নপা থাংচিনাইবা নপু থাংশেংলৈনবা
শেংকাইমু শেংতুম্মু
ব্রক্ষ নংচাকউ ব্রক্ষ নংতুম্মু
লেঙহৈদবা লেংবীনু চংহৈদবা চংপীনু।

লাইশোল অসিদি অয়েকপা অখিনবদা শোল্ল ফবনে।

ওবা ফনবা

চেংনিবা থাংনিবা
চেংজানা মপানফবা
খৌদুনা মউলিংবা বানে
কেং কেং কেং
অতিয়া গুরু শিদবগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি চেং ৬ তা শোল্লগা পিজরবদি ওবা ফৈ।



ইংখোল ঙাকুবা

হাই নোংথাং কুপাত্রক কুপ
খৌথবীনা ঙাকুবা ঙানথোকও
হাইসিনা নেকও।

খৌরমদি লাইশোল অসি শোন্দুনা ইংখোল চিথেক ৪ দা কোইরবাদি মতিন মকাং লোইনা চমলবনি।

ইনাক খুম্বা

পেং শানোইবী নংনা নোইবীরো

খৌরমদি লাইশোন অসি শেলখাও মরী অহ্মক য়েংলগা পুনবা অমুকসু শোনবা কিশিনবা ইনাক খুল্লি।

ইন্দ্রি খুরুয়া

লরাই কোইরেনথক্তা লৈরিবা গুরু শিদবা
গুরু শিদবনা তিন পোকই, তিনা তিৎ পোকই
তিংনা তোংপোকই তোংনা উন পোকয়ে।
উন্না তু পোকয়ে তুনা ঙ-পোকয়ে
গুরুগী য়াথংনে।
মিহ্ন চাম্মনিপান শিংলি চাম্মনিপান চুস্থিরে
লরাই কোইরেনথক্তা লৈরিবা গুরু শিদবা
থোক্রে মঙাংনি, য়ুংলে লুবাংনি, তারে খুম্মি
গুরু অহ্মক্লা তিল্লে দিনমনি কোই
গুরু অহ্ম শুরে সূর্য্যমনি কোই
গুরু অহ্মক্লা লংবগুম লংথরো
লুবগুম লুথরো ঙানথরো গুরুগী য়াথংনে।

ইন্দ্রি পাখংবা খুরুয়া

খোংদা লৈবা মিহ্মদি লীশিং চাইবা কৌয়ে।
খোয়দৌদা লৈবা মিহ্মদি শিদবুং কৌয়ে
নারুমদা লৈবা মিহ্মদি লৈমরেন খুনকুদী কৌয়ে।

খৌরমদি মশা কুপ্পা থুংবা ফি অমনা খোংদগী কোক্লেমদা কুপখংকনি (কোক যৌনা) হৈরুক তাজ ১ পানা
১ খোইরু থাউমৈ ১ থানগনি। খোইদৌদা অমুক কোক্তা অমুক শোনগনি। মিহ্ন শোনবা কনখংলক্কনি।

ইমুংগী নুংঙাই য়াইফনবা

লৈরিম্না বানতেংখোইবী
 মিৎম্না লৈয়োনখোক্কুম্বী
 অঙাং নাওরা অখুবী
 শর শর খোমজিল্লকও
 লৈঙোই শেজুই হাবগুম
 হাজিনবীও
 হে ইমোইনু ইমা ইবেম্মা
 মি-মি-মি কুক-কুক-কুক
 গুরুগী য়াথংনে।

শিজিন্নফম য়ুমগী লম রাই তাশিনবদা লাইশোন অসি শোল্লবাদি নুংঙাই য়াইফবা ওই।

ইরাই খোংলাই ইরিক কোঙগোন লাই

তিলিকুপ তিলিবেন তিলিশি
 তিলিংকং তিলিকং তিলিকং
 গুরুগী য়াথংনে।

পোংচং হৈবম ৭ লৈবম ৭ থবোই অহান্না বেকম অহান্না কবোক নাচল ৭ ফৌহাম পুম্মক অসি
 ইন মচেৎনা যোমলগা ৭ রক শোল্লগা ৩ লক পোং অদুদা কামগনি অদুগা হকচাংদা নাল্লগা কোঙ্গোন লৈবা
 মফমদা শিমৌ। ইরিক কোঙ্গোন লাইনচিংবা লাইমাং তুমাংগী চিঞ্জাক পিরবনিসে হায়য়ু। অদু ওইরবাদি ইরাই
 খোংলাই ইরিক কোঙ্গোন লাইনচিংবা পুমকুমক কোকই।

ইরাই লৈমা চাবান

কংফান্দা লৈরগা ইরাই লৈমা ইফোংবী কৌই
 ইপানথক্তা লৈরগা ইরম তরেত্তা ইখাই চাদুনা লৈরিবী
 ইরোম্মুংদা লৈরগা ইথৈনিংথো কৌবী
 য়াহিপ অহম হিঙ্গিবি চাকচা অহম চারিবি
 ফমফম অহম ফঙ্গিবি নহাক্কী নচিঞ্জাক পিরবনি
 অসি চাদুনা হল্লো গুরু শিদবগী বানে।

পোৎচংদি য়েকুম ১ ঙানু মরুম ১ কবোক নাচন ৭ যাওগনি। ঈতোন চাচান, ইরাই লৈমা চাবান লাইশোন
অনিসি নুপীনা ঈ- নুংশিং কায়রবদা শোন্দুনা চাবান খাদোক্লনি।

ইরাই লৈমা খুরুম্বা

হাওরোকচম নিংঙোল, বাংব্রেন খানা চাওবগী মতু অতোম্বী ইরাই লৈমা, হে ইবেম্বা নমু তাইবং মীওইবনা
খংদবা উদবদগী মাইয়োক খাবম্বরুরেদো। অদুনা তাইবং মীগী মশাদা তেনবাল্লৈ অদুগীদমক ইবেম্বগী
শরুক তমজরি। অসি লৌদুনা নংসু নংগী নফমদা হল্লো, মীসু মীরমলেন তিল্লসি। হায়রিবসি য়ারেদনকো-
য়াদ য়ারেকো য়ারে। অদুদি নংগী নচিঞ্জাক লৌরো, নংগী নফমদা হল্লো।

পোৎচং যৌরম লৈ অডৌবা ৩ লাংথ্রৈ মতোন ৩ চেংমুৎ ১ লাতোন অমদা হাপুনা কংলগা খুরুম্বগা মপান্দা
খাদোক্লনি। অদু ওইরবদি ইরাই লৈমদা লানখিবা কোকপি।

ইশা ঙাকচনবা

য়েংলোম খনবা লৈফুরেন কিংনাইবা
ওইরোম খনবা য়াইফুরেন কিংনাইবা
তুংলোম খনবা তুরেন তুথবা
মাঙলোম খনবা লাইছংলোন লাইশবী
থক্তা লৈবা শোরারেন খাদা লৈবা থোঙ্ডারেন
গুরুগী য়াথংনি।

যৌরমদি লমচংপা, কৈবন চংবা অহিংদা চংপনচিংবদা মাঙতুং য়েং ওইদা শোন্দুনা কাম্বু। ইশাদসু শোল্লগা
নাল্লু ফত্তা খুদোংখিবা থেঙনদে।

ইশাগী উশিল

চাংগাদা শাদানবা পিশুমদা শা ফাবা
নম্বুন্দা শা চান্না নংগী নমিংদি মুক কৌই
মঙাং লুৱাং খুমন গুরুদা ননাই ইছংশিন্দা
শারেন শাবু অমা কংচরবনি।

যৌরমদি পিশুমগী তু অমা খুবীগী খুজিন্দা হাপুগা লাইশোল অসি শোল্লগা কামথোকউ। চাহি অমদা অমুক্তা
তৌ ফত্তবা অৱাবা লাঙে।



ঈ-কাবা কোকচিকপগী

হে কালিকা

ঈ-মরম তরেংমবু নঙনা পোকয়ে

নঙনসু চাবনে ঈ-মরম তরেংমগী মচুদি

অঙোম পোকপা অঙৌবা

নিংথেম পোকপা অঙাংবা

মোইরাং পোকপা ঙাঙ্ড্রাবা

খুমল পোকপা অমুবা

লুৱাং পোকপা খেমালবা

সরাং লৈশাংথেম পোকপা কাতকপা

ঙালবা পোকপা অখমপা

সলাই তরেংমা নখোইগী নমিংদি

রোংসেং ঙাঙত্রংবা কৌবনে

নখোই লেঙকুনো।

লাইশোল অসি লরাইদা শোল ও ঈ কুম্বনে।

ঈ-খক্লবা

হাই তৌদোন কা তৌদোন তেকতা ঈ

নংগী নমিংদি মোইথাপ থিং কৌএ

গুরুগী য়াথংনি তুমও।

শিজিন্নফম ঈ-থোকপা মফমদা শোল্লো খকপনি।

ঈ-খক্লবা

ঈ-নংনা পোকপনি

মালেম লৈরোন তরেংমক্লা পোকপনি

কংগী মচান্দগী মৈরিক থোকপনি

ঈ-হংস হাইথরো

গুরুগী য়াথংনি।

ঈ-চংমল্লবাঈ ঈশিংদা লাইশোল অসি শোল্লগা পিথকউ ফবনি।

ঈ-খকপগী

রে-রে-রে ঈ ফা খক।

লাইশোল অসিদি ঈ-খোকপা মফমদা শোল্লু অদুগা ঈশিংদা শোন্দুনা থকউ ঈ-খকই।

ঈ-খোংকাপ কাইবগী

ঈ-খোংকাপ তরেংমক

ঈ-শলাই তরেংমক

থাগী কুমথোঙ হাংববু

থাগী কুমথোঙ থিংলবনে

মরাও-ঈ: গুরুগী যাথংনে।

খৌবমদি থস্মাল মনা ১০৮ গী লৈরিক, থবো অঙাংবগী লৈরিক, যোংখি অসিনা গুল্লি তারগা পিজৌ।
মথকী লাইশোল অসি শোল্লু ফবনে।

শিং মকক ৭ তা লাইশোল অসি শোল্লুগা পিজবদি ওবদসু ওদবা যাই। হায়বিবা অনাবা অসি ঈনা চাওমল্লবা
ওমল্লবা হায়বিবা মতো অসুম্মা তৌগনি। হিদাকশু ঈ না কংলবা ঈ খোংকাপ কাইনা লাকুরবা হায়বিবা
লাইশোল অসিতনা মনীং মমাঙ ওন্না কুমথোঙ থিংববু “হাংলবনে” হায়না শিজিন্নগনি।

ঈ-খোঙকাপ কাইবা

ঈরম তরেংমক

তুরম তরেংমক

ঈশিং খোং তরেংমক

খৌদু নুংথোঙ থিংগুস্মা

খৌদু নুংথোঙ হাংলবনে

ঈরম তরেং হাইথরো

তুরম তরেং হাইথরো

ঈশিংখোং তরেংমক হাইথরো

গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি কুমথোঙ হাংলবনে। পোংচংদি শিং কাংগোই ৭ তা শোল্লুগা পিজৌ ঈ-খোঙকাপ কাইবা
ফবনি।

ঈগী খোঙকাপ চুম্বা

ঈ-নংগী নমিংদি কালিকা কৌএ।

ঈ-নংগী নমিংদি ঈশাইফুনে কৌএ।

স্না থিংথিংথবো গুফগী য়াথংনে।

খৌরমদি চুঙো মতাং ৭ মতাং খুদিংগী লাইশোল অমমম শোল্লগা মতোল্লোমদগী হাম্মা পিজৌ নুমিং তবৎনি।

ওঁ শরব - ওঁ শরব - ওঁ শরব

অনাবা মশাদা শোল্ল ঈ খোঙকাপ চুম্বনি।

ঈ-চৎনবা

ঈবেন নংথরো ঈবেন নংকাইবো

থুমহি থুমলেন নংতুমও গুফনা হাযবনি

কুমথোঙ থিংলবসু কুমথোঙ হাংলে গুফনা।

লাইশোল অসি থুমদা শোল্লগা পিথকউ ঈ চৎপনি।

ঈ-চৎনবা

ঈ-গী ঈরম চুম্বীয়ো

খোংগী খোংলম ফাৎপিয়ো

ঈরম তবৎমক

নংগী মপীদি লৈমরেমে

লৈমরেমা অরেংবা পোকই

অরেংবনা অথকপা পোকই

অথকপনা অপাইবা পোকই

লেঙথরো থকথরো পাইথরো

গুফ শিদবগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি লৈহাও তবৎতা শোল্লগা চুম্বদা মখুম খুমদুনা ফুংলগা থকপা ঈ-চত্বা চৎলি।

উনক্রক ঈরিরে, ঝাউক্রক ঈথারো

ইঙা কুমখাইরে ইঙেন কুমদমলে

কোংবা ঈথোঙ ফাংপগুম ফাংথরো
গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি নুপি মশাদা শোনবীযু ঈ-চংপনি।

ঈ-চংনবা

লৈহৌলা নংনা হৌতোক্লো
অটোখোমগী হনতোক্লো
খোং অহনবা তেংথোক্লো
সনা পরৈ হনতোক্লো
ঈ-নংগী নমিংদি
ঈ-কীতু ঈ-কীয়েং কৌই
গুরুগী যাথংনি হাইথবো।

নুপীগী ঈ-চংতরবদা লৈহৌলা ঈশিংদা হাপ্পগা লাইশোল শোন্দুনা পিথকউ ঈ-চংপনি।

ঈ-গী ঈরম তবেংনি খোংলম তরেংনি
তবেংমক্কী মপীদি দুর্গানে
দুর্গানা অরেংবা পোকই
অরেংবনা অখকপা পোকই
অখকপনা অপাইবা পোকই
লেংখরো পাইথরো
গুরু অহ্মক্কী যাথংনে।

শিজ্জিমফমদি ঈশিংদা শোন্দুনা থকহনবা খরানা মশাদা তৈবীবা, লরাইদা খর হাপ্পা নত্রগা মখুত্তা শোল্লগা
নাহুবা ঈ চংলি।

ঈ-চংনবা

চিরাং হেঁ, হেঁ রাংচি, চিরাং হেঁ।

লাইশোল অসি কবোক্তা শোল্লগা পিজ্জগনি। কবোক্তু ফুঙ্গাগী মৈদা পোক্কনি, নুমিং ৩ নিদা চংকনি।

নত্রগা,

ঈ-নংগী নমিংদি ইরাইলৈমা পিতোংনু কৌয়ে। ইরাইলৈমা নমিংদি অতিয়া গুরুনা তাকখিবা। নশক্তি তিল্লখং
কৌয়ে। হাইথরো তুমও। নহনফমদা হল্লো। নতেফমদা তেবো। গুরু অহ্মক্কী যাথংনি।

খৌরমদি লাংথৈ মতেন ৬ তা শোল্লগা নানথৌ। ঈ-চৎমল্লগা থক্তা নানথৎলু চৎতরগা মখাদা নানথরো।
লাংথৈ ফংদবগা মখুত্তা শোল্লগা তৌও, নুমিং ৪/৫ নি তৌগনি।

ঈ-চৎমনবগী

থক্তা লৈবা থোঙদি পাখংবনা ঙাকপিয়ো
খাদা লৈবা থোঙদি য়ুম্মোইবনা ঙাকপিয়ো
গুর শিদবগী য়াথংনে।
লাইশোল অসি মশাদা শোনবীয়ু ফবনে।

ঈ-থিংলম্বা চৎনবা

অঙ্গো নাওরা অপিক
লৈচিন খুনেৎনবিবী
লৈচিন থিচিবোঁ
হাই হাইথরো
গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি তুলসি অমুবা মনা অহমদা অমমম শোল্লগা, ঈশিংদা থাদবগা হৈজ্জাংনা ঈশিংদু ওৎতুনা
লাইশোল অসি তবেৎলক শোল্লগা পিথকউ, ঈ থিংলম্বা চৎকনি।

ঈতোন চাবান

হে গুরু তেংবান মপু গুরুশিদবা, কংফান্দা লৈরগা ইবাইলৈমা ইফোংবী ঈপানথক্তা লৈরগা লাইজ ঈরম
তরেংতা ঈখাই চাদা লৈরিবী ঈরোম্বুংদা লৈরগা ঈথৈ নিংথৌ কোবী। নংগী নচিঞ্জাক্তি লা লাতোন ১
কবোক নাচন ৩ লাংথৈ মপোপ ৩ কোনমাই ৩ য়েরুম ১ অসি চাদুনা হল্লো। ননাইগী থরাই মঙামক্তি
লেংবীগনো। খোইদৌগী মখা খুদোল অনি লৈথবদা ম্মাগী সিংহাসন্দা ইবুংঙো ইবেম্মা অনিগী খৌগন
তৌদুনা লেংদনা লৈরো। ফণ্ডবা নখোই থোক্লো হনথরো গুরুগী য়াথংনে।

ঈতোন ফাইবগী

তিংকালতা থিবুককং
মমোলোতা থিবুক কং
থাংনা য়ানবা থোকলো থোকলো
তানা থিনবা তেরো তেরো।

খৌরমদি ফৌশুম শুম্বন মখোঙদগী চেংমচং ৭ খুল্লগা শোল্লু অদুগা চাও ফবনে।

হা ইবেম্মা নংগী ইতোন তোলাওদি
কালিকানা থোকথ্রে হায়না থোকথ্রে
ফরে হায়না ফরে।

লাইশোল অসিদি উচি শুম্বন মহিদা শোন্দুনা থি অদুদা শুমজিল্লু ইতোন ফাইবা ফবনে।

ঈশিং ইতোন লাইয়োকপগী

সোবারেমা মচা তরেং পোকই। লাইবেম্মা হেলোই তরেংনা মরুভুমিদি লৈ হেকুনা নুমিং খুদিংগী মপা সোরারেন্দা কংলি। নোংমদি লৈ হেকুগা মোংয়ান্না নিংখৌগী পুস্তিদা ঈফু নাদুনা শাম্নরকই। পস্হৌ মপা সোবারেন্দা লৈকংলি। মোংয়ান্না নিংখৌনা ঈশিং নৈখাইবা অদু উবদা শাওরে, কনানো ঈশিং নৈখাইবা ফাগে হায়দুনা কুস্মে তাকতরে। নোংমদি হেলোই তবেংনা শাম্নরিঙুদা উরে, কনানো ঐগী ঈশিং নৈখাইবশা ফাগে হায়দুনা লাক্কে, মাঙখরে। নোংমদি হেলোই তরেংনা শাম্নরিঙুদা উরে, কনানো ঐগী ঈশিং নৈখাইবা ফাবা তাবে, অসি হায়রগা মফি অদু খোমদুনা পুখি, ফুঙ্গা লাইরুদা থমলে। হেলোই তরেংনা হায়- হে ইবুংঙো তৌবিগনু চরৈ ফি পিবিয়ু। অদুদি ঐনা হায়বা য়ারবদি পিগে, য়াজ্বরে হায়না খুমখি। লাইরেম্মা তোম্বী ফি শাবীয়ু হায়রবদা লাইরেম্মা তোম্বীসু পিয়ু পিগে হায়রদনা ঙাংনদনা ফিগা লাইরেম্মগা শিম্নরে। মফি লোইনা লাইরেম্মা তরুকা লৌরে, লাইরেম্মা তরুকা ভাবনা লাকউ ঙাইরমগে হায়না চংখবে। লাকতরবদা শাওনা মপা সোরারেন্দা লৈ কংলগা হঙ্গংলি। মোংয়ান্না নিংখৌনা ইনাও তোম্বী ফাহৌরে, বাদু তাবদা সোরারেমা হরাওরে- অচৌবা লাইনি, ঐনা নীংবা থুংলে, হয়েং ঐ চংকে হায়দুনা লৈরে। নোংঙাল্লগা সোরারেল লাকুনা মোংয়াং নংনা ঐখেইগী নিংখৌ ওইয়ু। লাইবেম্বী নংনা ইরাইলেমা ওইয়ু, তাইবংমীদা নচিঞ্জাক তাম্দুনা চাবো অসি পিবদা তাইবংমীদা তেকশল্লবদি সোবাবেন ঐবু হাংপা পাপ পু। পোংলমদি য়েন মরুম ১ হৈরম ৭ লৈরম ৭ কবোক নাচন ৭ উতং পয়া ৭ লাতোন ৩ লাংঐত্র ৩ দক্ষিনা অসিনা খয়োম লাক্কনি।

ঈতোন ফায়বা

ঈকা ঈকা খকও
ঈকা তোংকা খকও
তোংকা ঈকা খকও
কাল তায়্য থক খকও।

লাইশোল অসিদি পুংইতোন মতোল ৭ নিংশা হোন্দনা হেকও। তরেংলক শোল্লগা চাও, চাবা হৈতবা অঙাংদি ফুংতুনা পিথকও।

ঈনা ঙাওবগী

লৈপুংথবী পুংথরো, লৈহোথবী হোথরো
লৈচেনবী চেনথরো লৈতকথবী তকথরো
গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি ঈনা ঙাওবদা শোনবীয়ু ফবনে।

ঈনা চাওখংলবদা

অঁ সুক সাং সাং সুক।

খৌরমদি ঈনা চাওখংনা নারবদা লাইশোল অসি তবেংলক শোল্লো হন্থবনে।

ঈ-না অমসুং ধাতুনা মিৎ উদ্রবদি

মিৎ খুমিৎ নুমিৎ
লৈচিন পোমাই কায়বে
থা-লৈচিন পোমাই কায়বে
চিং-চিং গুরুগী য়াথংনি
চিং-চিং-চিং গুরুগী য়াথংনে কাইরো।

শিজিন্নবগী মওং লিক্লাদা শোল্লগা মিৎতা চামউ হাপ্তা অমা, মিৎতা ঙৌদোং লৈবা ফবনি, নোকচলান
ফাওবা ফবনি। হায়বিবা লিক্লা অদু শেংনা ফিচুম থাদুনা ২/৩ লক চুমউ। চান্সা কান্দা মিত্তগী খুনান্সা তাবরা
য়েংউ তাববদি ফগনি।

ঈনা পাখংলবদি

উং ওঁ খংতং তোকপা
লৈহিং লৈহিংনপ কৌয়ে
চিরাইপা বানে।

খৌরমদি ঈনা পাখংলবদি লাইশোল অসি শোল্লো হন্থবনে।

ঈ-পাখংতনবা

ইপানা থা তরা নাওপুবগী মমিং ইফা কৌই
ইমানা থা তরা নাওপুবগী মমিং ইমাঙ কৌই
ঈরেনফমদা হনজিল্লো গুরুগী য়াথংনি।

খৌবম পোংচংদি চিগোংলৈদা শৌবা চা মহিগা লফু চংবি মহি শুল্লগা তুলা মামহল্লগা লাইশোল অসি শোন্দুনা পিথকউ।

ঈ-লাইহৌ

ঈবম তবেংমক খোংলম তবেংমক
তুদেং খোংদেংবীবো
ঈ নংগী নমিংদি মবৌ-ঈ কৌই
খৌদু নুংথোং হাংলবনি
গুংকগী যাথংনি।

ঈ-লাইহৌদা লাইশোল অসি ঈশিংদা শোল্লগা পিথকউ।

ঈরাংপা

হৌজিক্তি ঈবাং অমা হাযগে :- নুমিৎ চৈযোন ৭ মা বাহু কেতুনচিংবা মখোই ৯ মা অসিদগী অমমমনা দশা যুমথুং ওইবদা লাংপদি। মী অদুনা চানিংবা হংও, মানা চানিংযে হাযবা অদু ইল্লা শা ওইববসুঙ ওইববসুঙ থোংও। চাক অদু থিদোক্লে মী অদুনা চানিংবা মখে চাহলও। খায়পোক খাইবৌবা অদুনা লুক ১০ শেমও। শাবম ওাবম শুনা হাপও। মানা চাবা অবেন্সা অদুসুঙ থমও। শীংনাং অমবু মাযম তমহালও মাযায খায়দোকও। খায়দোকপা মনুংদা কোনয়াই পুমা হাপও। লংহৌ চাকথোকতবনাসুঙ মাযম তমনা যেংও মখুংতা সুহালও। লুক ১০ মাগী মকোক্তা ফমহলও, মাইবনা মমাঙদা ফমদনা ঈবাংপুল ১ খিলও। তাইবেল মবোং উখোক রাখোক পুংফাই নাওহিং শুদনা গ্রহ ৯ থা ১২ মা থরালমিচাক ২৭ অসি খৈবিকপু শোলও। মাগী মনাক্তা লৈবা মী অদুবু শোল্লো। লাইশোলদি:-

হে গ্রহ ৯ মাগী মপুও
হকসাংবু মাঙলগনে হাযবগী
মীগী মতুংদা ইনবীবা-।
অফ ফক্ত নোংতমপাও
নমিংবু মিঁ মিঁ হুক
মিঁ থুপলেন কিংনাইবা
মিবাংচাল হিংসনাপা হিংনপ কৌবা-ও
নংবু ইখুং ১০ মানা খুকমনা ঈবাংচবনে
ননাইবু অসিগী মখে কোল্ল চান্নবনে।

লাইশোল অসি শোল্লগা শীংনাং অদুসুঙ চাক্ক ১০ মাসুঙ লম্বী লম্বোঙদা হলথোকও। অসিনে খঙও।

ঈশিং খাইনবা

ঈশিং নংগী নমিংদি

ঈখাইলেন কৌএ

নমিং অসুন্দদি

তিল্লক এং সংলেঙকৌ কৌএ।

নত্রগা

শ্রী অঙ্গ তবঙ্গ

রানিক রানিক

নিক নিকথবো

গুরুগী যাথংনে।

লাইরা অসি ঈশিং খাইদ্রবদা ঈশিংদা শোল্লগা পিথকউ ঈশিং খাই।

ঈশিং খাইনবা

ঈশিং খাবে হৈ কাবে মতাক যুবাপাক

তক চমু হুস্বী ইরান হুস্বী হুস্বীলেন হুস্বী

লাংঙা চেচা।

অসিদি উচিবাই কাদে। ওঁ শ্রেং অসিদি ঈশিং খাইনবনি।

লৈনুং খোস্বীবেন লাইবেল কবোমথোক

থোংচিবেন ফিচুমগুম্বা লিতং স্বাহা।

খৌবমদি লৈহৌবা মতোন ৭ মৈ ইজুনা পিথকউ ঈশিং খাইবনি। পুন্সুংথবো, কপূর্ব, জমেন অহ্ম্যক তিন্নদুন
ঈশিংথোঙদা নল্প ঈশিং খাইবনে।

ঈশিং থিংবা চৎনবা

হ: কোল্লগা কোল

হ: তিংঙগা তিং

চক্র চক্র চক্র।

লাইশোল অসি ঈশিংদা তুলসি মনা ২ পানা মনা ১ হাপ্পগা শোন্দুনা পিথকউ হকচাংদা ঈশিং থিংবা চৎপনে

ঈশিং থিংনবা ঈশিং চৎনবা

তুরেল লাইজ ঈরৈমা ঈমু পজেংখোম্বী
ঈঙৌ মনালাকপি হনকংলো গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসিদি ঈশিং য়াম্মা চৎলবদা “হনকংলো” হায়বা রাইহৈসি য়াওগনি। ঈশিংনা থিংলবদি “হুহুরো”
হায়বা রাইহৈসি শিজিন্নগনি।

ঈশিং থিংনবা হাংনবা

হাইখোম্বী নং থোঙটীন হাংঙিববু থিংলবনে
কেক-কেক-কেক চনীংদা শোল্লু।
হাংনবা
হাইখোম্বী নং থোঙটীন থিংঙিববু হাংতোল্লবনে পনফদে।

লাইশোল অসি চনীংদা শোল্লু ফবনে।

ঈশিং পুকচং ফনবা

লাইরেম্মা ম্মা লৈহিংনু হিংনপ
লাইয়িংখৌ ঙাঙ তরংবা ঙাঙখক।

লাংকোমনা রায়চৌ অমা তমনা ককও, ঈশিংদা ওংতুনা শোল্লগা থকহনলো ঈশিং পুকচং ফৈএ।

লাইয়িংখৌ ঙাঙতরংবা ঙাঙ হায়
লাইরেম্মা ঙাঙতরংবী ঙাঙখক
লাইয়িংখৌ নংগী নমিংদি ঙাঙসং কৌয়ে
লাইরেম্মা নংগী নমিংদি ঙাঙখক কৌয়ে।

লাইশোল অসি ঈশিংদা লাংকোমনা ওংনা শোল ও থকহাল ও ঈশিং পুকচং ফৈএ।

ঈ-নুংশিং কাইবগী

লিঙ্কলেংবী শৌরেংবী, নংগী হৌনবী কাইবা করিগীনো
খোরকউ চৎসি লাও, গুরুনা হায়রম্মা মৈনা শাখি ওইনসি হায়রম্মা
মৈ নংনা শাখি ওইরো, ককই ঈরা তাবা মফমদা
গুরুনা নংবু লৈয়ু হায়রম্মা।

খৌবম অসিদি পোলাং মচা অমা শাদুনা খোইক থাংমৈ অমা, ইমুং অদুনা হেক চাবামথে পোলাং অদুনা হাপা যেকম অমদা লাংথৈ মপোপ অহম যুংউ, থাংমৈনা পোলাং অদুনা যুংও। অনাবগী মমাওদা হাই তৈথোফুনা মমাই নোংপোক ওনহল্লো।

নুপীনা ঈ-চুমদ্রবদা ককই ইবা তাবা মফমদা খৌবমসি তৌদুনা পোংলম চৈবমশিং অসি শিমবম্মু।

ঈশিং লাই খৈবিকী ঈরাং

খৌবমদি যামনা লাই ৩ শাও ১ দি হামুক তৈও ১ দি যাইঙং তৈও ১ দি ঙৌহল্লো। লাই ৩ গী মাঙদ ফু ১/১ খিলও কোনযাই পু ১/১ হাপও। লাই অঙৌবদা চেংঙৌ, অমুবদা চেংঙাঙ, অঙাংবদা চেং অমুবা অসুম ওমা হাপও। যেকম ১/১ পানা ক্বা লৈসু হৈকন লাকন হৈয়াং শিংপাক তৌতৌল ৭/৭ তিংখৌ ৭/৭ ফিবাল থাওমৈ ১/১ হাপও।

লাইশোল :- খিকমলেন কিংনাইবা ও
খিকমলেন শানাইবা ও
হংস-হংস-সহং-সহং।

মঙা মঙাবক শোলও। লাইহং লোনসু শোল্লো অপাংপা মহাক্তা নিংশা ৫/৫ বক কামশিল্লো। অহম্মদো পুথোক্লো ফুতা ফুতা মপা মপা হাপও। মবোংখোংদা লাই অঙৌবগী ফুনে। লাইখোংগী ফুদি অঙাংবগীনি। খাখোংদা অমুবগী ফুনে। অনাবা মহাকপু ফু ও না খোং ও মাবু খুকমহল্লো তিল ৫/৫ বক শিংথোকহল্লো। যিম চন্দনা যিকবক ও, মাগী মাগী লাইনাগী হিদাক থাও।

ঈশিংলাই অঙৌবদি :- অথুপ্লা খৈবিকী মহিদা কেগে মানবী মনা, নেংমাংখা, পুঙদিংবী ও গী তাংকোইগা কস্মিবৈ মহি জমেল হাপুনা নোইথোক্লগা তৈও ফৈয়ে।

ঈশিং লাই অমুবগী :- নুপীগী ফিমল, যিল মচেং, যিমনাক ৭ কী ফিচেংনে, তাংকোই ওইনা যিকও, হৈবুংনা মহি ওইও।

ঈশিং লাই অঙাংবদি :- কুহি হৈতুপ কবো খজি ও মা তিলও, হৈবুং ঈশিংদা ফুংও মহি ওইও। কেগে মালবী মক নোংমৈ তাংকোই তৈও।

ঈশিং লাইকং চংপদি :- হংগাম থাও অহিংবা খেলচি তকও, জমেলগা যালও যাংতুনা তৈও ফৈয়ে।

ঈশিং লাই হনজিমবা

অঁ সাবেং খাবেং হংকে।

খৌবম অসি অহানবা চাখোম অহমদা লাইশোল অসি শোম্পুনা চাও ঈশিং লাই হনজিনবনে।



উচিরাই থিংনবা

ওঁ হায়েং হায়েং ওঁ স্বা।

লাইশোল অসি লং অহিংবা মচীন অনিমক্তা শোল্লগা খুজ়েং খুদাং ৪ মক্তা পুল্ল ফবনে।

মহ লৌথোক্লুবদি :- ওঁ বি সি বৌ সঁ ওঁ।

মঙাবক লাইশোল অসি ঈশিংদা শোন্দুনা মশা পুম্মক তৈমু উচিরাই মহ লৌথোকপনি।

উসরাইনা নাবগী

যিং-তিং-ঙা-বি-বি-বি।

লাইসোল অসিদি মখং মশা নিকুনা উসরাইনা নাববদি অথাবা তবেংকী মবা তকুনা শোল্লগা তৈমু অনাবা ফবনি।

উশিল

হে লাইনিংথৌ
 থোঙাক অশিথেন হাযবসু নহাক্লি
 মকোই নুংওনচিং হাযবদুসু নহাক্লি
 খোংহামপাং হাযবদুসু নহাক্লি
 নুংশেল পাং হাযবদুসু নংনি
 নংনা জিব অমত্তং লৌগে হাযবদো
 লৌবোসে পিবগে
 নমিংদি ইমু কৌই
 খম্মুং কিকোয লৌওনবীসু শাবদুনা
 ইমা লৈমবেল নহাক্লি
 জিব অমত্তং লৌগে হাযবদো
 পিববনি লৌবো।

পোংচংদি লাতেন অমগী মথক্তা ওমু অমা হাপ্পগা অনাবগী মমাঙদা থল্লগা মথক্কী লাইরা অসি শোন্দুনা ওমু
 অদু পুথোক্লুনা ঈশিংদা থাদোক্লনি।

উশিল

হে মঙাং কৌবা গুরু
 লুৱাং কৌবা খুমন কৌবা গুরু
 ননাই ঐহাক -
 অশি চাম্মা শিবদা যাওরবনি গুরু
 মঙাং লুৱাং খুমন কৌবা গুরু
 ননাই ঐ চাম্মপোকপদা যাওরবনি
 চাপোক্লে, নাউশেংলে
 অঙ্কা অঙ্কা মীরোন থোক্লে
 ননাই ঐগী পুন্সি শাংনবা পিনবীয়ু
 নব গ্রহ মাপলমকী পিরা লাক্লেবসু
 গুরু অহুমমক্কা গাকপিয়ু
 ননাইনা নিজরি।

খৌবমদি চেংফুদগী চেং খুং ওই যেংনা মুং ১/১ মম লৌবগা পায়দুনা ওন্নবা যাদে। ঈশিংদা কুমদুনা খুং
 কাবনচন্না নোংপোক ওন্না লুপুনা মখা পাংনা চেং অদু থাদোকথো। অদুগা ফাওকংলু, অরুবা উশিমি। চহি
 অমগী দশা কোকপনি।

উশিল

চাংঙা লৈমা পাছেইবী, পিশুম লৈমা পাংবিনু
 কৌক্লে শরোই হুম্ফুমাথোই, মার্জিং শরোই হুম্ফুমাথোই
 লাই নুৱা তরেংমক, যাখমলোই নিপানমক
 লাইবুংথৌ মাপলমক নথোই পুম্ফুমক অসিনা
 তাওজিং হৈরাংথিবা লাকপা, শিঙেল লৈরাং থিবা লাকপা

(মতাং অসিদা অনাবা মীগী য়ুন্লাক অমসুং মমিং হায়গনি)

তাইবং চিঞ্জাকথিবা লাকপদা
 ইবেম্মশিং নথোইগা শমু মাইয়োক্লেইয়ে
 মশাদা তিঙ্কুদুনা লৈহৌয়ে, লাইচুদুনা লৈহৌয়ে
 তিনকোকপিয়ু লাইকোকপিয়ু হায়দুনা
 ননাইনা ওমু অমা মহুং মরেং শিন্দুনা
 উশিল অমনা শিনজরি।

পোংচংদি হৈরুক ১ পানা ১ শেল পুখম ১ ওমু ময়াদা সনা লুপা কোনয়াই চন্দুনা উপাল মনাপুংবা উথোং
অমদা শিল্লু। উশিল পুম্মক ফবনি।

উশিল

হে গুরু কোক্ল কৌবা গুরু
ওসি হায়বা নুমিত্তা ননাইনা
গুরুগী খুয়াদা চংজরিবসি
ননাইদি তোম্বসে কুমসিসি
থাজ রাহ্ কেতু পুম্মকী যুমথুং ওইরে
শিউ-নাউ হায়বদু দশা তারে
অসিবু কনাগী খুয়াদ চেনশিল্লগা কোক্লবনো হায়ববু
গুরু নংগী খুয়াদা চেনশিল্লবদি
কোকই হায়দ চেনশিনজরিবনি
গুরু ননাইগী অরাবা পুম্মক কোকপিয়ু।

থৌরমদি মী অদুগী মমিং হায়গা কোক্ল পানীদা অহ্লুক নানখংলো। রে-রে-রে অহ্লুক নানখংলগা
হিংলো গুরুগী য়াথংনি। কোক্ল পানী নুংথিমা মথোং শেংদোকলমউ, নুমিদাংদা উশিল শিল্লৌ। পোংয়াওদি
হৈরুক অমা পানা তাক্সা অমা খোইক থাংমৈ অমা ফি মচা অমা কোনয়াই পুমা য়াওনা খুক্মগনি।

উশিল

হে গুরু - মঙাংনা য়ারৌ শাতোকপা তোকমু মৈশাংবা
য়রৌচংনা ফাদুনা পুন্সি লৈনিবা চহি ৭৬০ পুন্সি।
গুরু- লুরাংনা পুন্সি লৈনিবা চহি ৫৬০ পুন্সি।
গুরু- খুম্না পুন্সি লৈনিবা চহি ৩৬০ পুন্সি।
চরৈ পিবীয়ু।
হো-না কামথোকও, রো-না চিংশিল্লো।

থৌরমদি লম্নোঙ অহুম ফাংবদা হৈ-লৈ অথুম অহাও য়াওনা লাইশোল অসি শোন্দুনা উশিল শিল্লু খুক্মু।
হঞ্জিল্লকপদা মাইবনা অনাবা মীদুদা লাইশোল অসি শোনবীগনি।

লাইশোল :- ক্লী ক্লী ক্লী ক্লী ক্লী।



ককলাই

লৈখোঙকায় লৈতাই নোংতাই
মারিসা মারিসা।

খৌরমদি খোইক অঙোবগা যুবিথাওগা তিন্নরগা লাইশোল অসি শোন্দুনা তৈও ফবনি। নত্রগা অয়ুকী ঈশিং
চৎপদা নেংলু ফবনে।

কাম চাওনবা

অখল্লেন খমনীংকোন্দগী থক্তা হনবীনবা
নহাঙৈগী পাঙ্গল ময়েং তাফরোই
গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি মিৎ অনিমক্তা, নাকোং অনিমক্তা, নাতোন অনিমক্তা, খোয়দৌদা, শৌজথোঙদা, খুং অনিমক্তা,
খোঙ অনিমক্তা শোঙ্গুগা যাদা চিংশিন্দুনা য়োংলু কাম চাওবনে।

ক্লী অঙ্গ ক্লী অনঙ্গ ক্লী তরঙ্গ
রে-রে-রে মঙাং লুরাং খুমন
নখোই অঙ্কম্বক্লা পুঙ্গি লৈমেন পিনবীয়ু।

খৌরমদি শঙ্কোম অনৌবদা তুলসী মনা ১০৮ হাপুনা শোল্ল অয়ুক্তা থকউ কাম চাওয়ে পুঙ্গিয়ে।

কাম চাওখৎনবা

মিৎ নং লুথরো শল সনা কোনফুরেন
তকিম্না কোনফুরেন শৌ শৌগংলু।

খৌরমদি লাইশোল অসি খুংনিংখৌদা শোন্দুনা মিৎ অনিমক্তা শোজুনা শোর চিংশিল্ল কাম চাওখৎপনে।

রীং সনা কোনশৌরেন শৌগংলু
খমতীংকোন হাইহৈবা হৈথরে
লৈশীরকী তোলনিংখৌ চোংখংলো
হহিং হহিং হহিং হিংকংলো।

খৌরমদি শঙ্কোম অনৌবদা তিংখৌ অনৌবা তিংঙো। লাইশোল অসি শোন্দুনা নুমিত্তা কতুনা অয়ুক থকও
কাম চাওয়ে।

কাম চাওখৎনবা

ক্লী ক্লী অঙ্গ ক্লী অনঙ্গ ক্লী তরঙ্গ রে-রে-রে
মঙাং লুরাং খুমন অহ্মনা পুলি লৈমন পিনবীয়ু।

লাইশোল অসিদি শঙ্কোম অনৌবদা তুলসী মনা ৮ হাপাও ১৮ লক হমা শোল্লগা অয়ুক থকউ কাম চাওই।
পুলি নুংশাংই লুনা তো।

কী-অপোন্না ফনবা

ওঁ ব্রহ্ম নং চাকও
ওঁ ব্রহ্ম নং খাইয়ু
শেংখাইয়ু শেগাক খাইয়ু
গুরুগী যাথংনি তুস্মো।

লাইশোল অসিদি কী পোন্না মফমদা শোল শোলদুনা খুংনা নোইবীয়ু।

কীনা নাবগী

ওঁ খন্নাংবা যোংপোকপা
য়োংপু চগেম শায়বগুম শায়বা
নুঙ তুম্বগুম তুম্বু লৈকংলেন নংকংও
লৈশৌবুং নংনা কংবগুম কংও
গুরুগী যাথংনি।

শিজিন্নবগী মওংদি কীনা পোন্না কোইচেন চেনবা মখন্দা নুমিং মঙা তক্কি শোল্ল ফগনি। কী ঙাংগোইবীদি
চাক অশাবনা নমগনি অদুগা কবিবৈ অডোবা তজুনা ঘী-অনৌবগা তৈয়ু। কী অপোন্না মখল অমনি। নাই
চাবনচিংবা তোদে চেকশিনহৌদ্রবদি মাসি যান্না চাওখোকপসু য়াওরকই।

কী নাবদা শোমবা

হে কী, কী নংগী নমিংদি রাইশোক কোই।
মৈ তরং ঈশিং তরং নুংশিংতরং
তরং অহ্মক তুমও গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি কী-না পোন্না শোল্ল ফবনে। কী-অপোন্না মখন অমনি। মচীন নাইদে নাই চাদে চীকপা
তুবা তোদে।

কুমথোঙ থিংদনবা

ওঁ শিঙেল লৈবোং তবেৎনা খাদা লৈ
 যায়দা ম্মাগী সেনপাক্লা মবা ওই
 থক্তা শিঙেল লৈবোং মাপ্লা লৈ
 পামেল লৈদি শিঙেল লৈচু ওনফবোই।
 হিংলুপ-হিংলুপ চুপ তক গুৰুগী যাথংনি।

খৌবমদি শংরৈ মতোন ৭ নুংশা হোন্দনা হেকও, লাইশোল অসি ৭ লক শোল্লো, ঈশিংদা নৈখাইবগা
 পিথক ও ঈ-চৎলে, কুমথোঙথিংবা ফৈ।

কুমথোঙ থিংলবদা

হিতাম খাবাগী রানে
 ঙাঙতুবেঙ লিকিংলোকপা কৌযে।

পোৎচংদি থবোইপিচুপনে চেংকুম মনানে হৈবী লাবনে অহ্মক তিল্লগা লাইশোল অসি তবেৎলক
 শোন্দুনা পিথকও ফবনে।

কুমথোঙ হাংনবা

হৌবী চাংগী চাংদোন্দা
 উচিথেস্তী তবেৎনা
 চাবোক নাওশং তম্মবি
 নুংগাইবী নং কাইথবো
 নুংশেংপী নং শেংথবো
 শেং-শেংলো গুৰুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি পানা নাকুপ ৭ তা নাকোং নপথিনা মুক ওইনা তিংখৌনা কোলোম ওইবা অদুগা ইদুনা
 পিজৌ কুমথোঙ হাংবনে।

কোক চিকপগী

মুমহোং খৌদোংবা লৈতৌঙৈগী খোংতৌঙৈগী
 লোল্লুম হারাগুম হল্পবনে গুরু যাথংনে।

লাইশোলসিদি কোক চিকপা মীদা শোল্লু ফবনে।

কোক চিকপগী

ওঁ সহিং ঙাহিং

ছঁ ক্রোরা স্বাহা।

লাইশোল অসিদি গুনমরিচ মরু ৭ নে উচান মচিনে চারচন্দ্রেনে তরুগা লাইশোল অসি ৭ রক শোল্ল
অদুগা লশিংনা তেপ শারগা কোক চিকপা মফমদা তৈয়ু। নত্রগা,

সরুক কেরুক

গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসিদি নুপী ওইরগা ঐগী খুংওইদা নিপা ওইরগা ঐগী খুংয়েভা নাল্লু লাইশোল
শোন শোন্দুনা নাল্লু। খুং অদুদি অচিকপা কোক অদুনি হায়না নিংউ। অদুগা নাল্লিবা খুং অদু
খোঙলোমদা কহ্লোকও।

কোক চিকপদা

হাই নুমিং হায়বা থা-হায়বা

নখেই অনিনা পাল্লিঙৈদা

শলদা ওজা থুংগদবা লাইথুংবু

তাইবং মীদা থুংইবা

গুরুগী যাথংনে হল্লো।

লাইশোল অসিদি কোক চিকপদা শোল্ল ফবনে।

কৈ থেংনরোই

ওঁ শামুঙৌ চুম-শো য়ুং য়ুংঙবনে

গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসিদি ইরগা যন্ত্র মনুংদা হাপ্পগা শিয়ু নত্রগা খুভা শোল্লগা মায়দা নাল্লু কৈ থেংনরোই
অমসুং ইমাম্বনসু রাইহে লাকচরোই।

কংবান চাবান গী ব্রা

গুরু ইমা লৈমরেন শিদবী
 লুতুং শমজি পুন্নগা
 পলেম হায়না কৌবদা
 হাও হায়দুনা খুন্নিবী নহাক্কা
 থোঙজিন্দা থোঙয়াদা কাংখদা লুকখদা
 শুমাং থেলোংদা লৈরক শুবিদা
 লমদা তুদা তুদা খোংদা
 ঈশিংদা মাইশিংদা চিনফু মাইতাবা
 ঈরু শান্দেংবদা ইবুংঙো ইবেম্মা নহাক্কা
 মাইয়োকুরে থাবংনরে তুচুংলে মানচুংলে
 কোকচিকলে ঙাইরাংলে।

নংগী নচিঞ্জাক্তি লা লাতোন ১ চেং মুখি ১ তিংখৌ মপোপ ৫ মৈতান ১ নংগী নচিঞ্জাক্তি অসিনি।

নংদি হাই-ইবেন মাইবী খাগী ব্রানে
 শিংগ্রেং লাংগ্রেং শিংদোন লাংদোন
 লৈরক শাখৌবা খোংবান লাংয়ানবা
 লমলোং চাবান চারিবা নংগী নচিঞ্জাক্তি নফমফম পিরে
 গুরুগী যাথংনে থোঙ্কক্কা লাকলো।

কংবান চাবান গী ব্রা

হে গুরু তেংবান মপু তেংবানবু শেন্নিবা, তাইবংপানবা থোঙ্কমদাইদা গুরু নহাক্কা শিল্লরকই তাইবংমীনা
 নারবদা। হে গুরু সনা নীংখিবা নহাক্তি নমিংসু সনানে নচুসু সনানে। ইপলগী সনথোঙ কাজৌ যাদুনা
 লৈরিবা শিজ ইবেম্মা, গুরু ঈশিংচাতরেং চাইরিবা। ইবুংঙো ইবেম্মা নখোইগা ননাই চাওবী অসিগা
 লমওক থাবংনরে। নহাক্তি হো-মহি-বো-মহি-সো-মহি মহিরেন কৌবা ইবুংঙো। কোকপিবা ওম্বা ইবুংঙো
 কোকপিৰো চানবীৰো গুরুগী যাথংনি।

গৰ্ভদা শিরবা অঙাং তানবা

শ্রী অঙ্গ অনঙ্গ তরঙ্গ পাদক:
 তনি তনিক তনিক তনিক
 নমিংদি বিন্দ হায়না কৌই।

লাইশোল অসিদি - গৰ্ভদা শিরিবা অঙাং পিকশিল্লবনি।

চিংখৈ শলদি মুনা ঙাংবা
কাওবেল কোমিনা
সনা লোঙখুম পনচল হুকয়ি
কাওবেল চিরিলেন পোংমনা
লুপা লোঙখুম পনচল হুকয়ি
চিরিলেন অনিমক্লা
থৌদু নুংথোঙ হাংলেনা
খল্লিবা খল্লগনো হংস হংস।

লাইশোল অসি অশিবগী লুখুমদা খুনীং অমা থাপ্লা ফমদু নাকান্নগা শোল্লু।

নপা থাং কুংলিবনা যেত্তা খল্লু
চিরংলেন কিংনাইবনা ওইদা খল্লু
শোর যেত্তি সনা থাংনে
শোর ওইদি লুপা থাংনে
লৈচিংলেন চিংথরো
লৈরংলেন তকথরো
সনা ঙাংতুরেন নিংনাংলেন
অমু ঙাংতুরেন নিংনাংলেন
অমু মুবাজম হেরাগী থাংনে
হরি হরি।

থৌরমদি খুরু খুদক নিংগাংননা ফমদুনা হরি হরি হায়দুনা যেংকী খুবাক্লা লৈবাক্তা ফুও, ওইসু ফুও।



খোই তানথোকুবা

খোইবেন নমখৌ হমিৎখোই উনাখোই
লাংবল অশিখোই রাখোই খোইঙৌ।

খৌরমদি খোইরেন্দগী হৌদনা খোই মমিং ৭ শুনবা হাযবগা খুবোম অমা লুনা পুস্তি অমা তৌরগা খোইক
থাংমৈনা ময়াইদা ময়ুর ওইনা য়ুংলগা মৈ থাও। থাওমৈ অদু তুংদা মখোইবু চংলো হাযনা তাল্লু। খোইঙৌদি
অতোনবনি মমৈদা হাযয়ু।

খোইদৌ রা

খোইদৌ নংবু খোইনৌ লানা যোল্লবনে
নাওদ লীনা পুন্নে খোইদৌ নং লেংফদে
গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসিদি খুত্তা শোল্লগা খোইদৌদা নাল্লো, নোংমগী খোইদৌরানে।

খোইদৌদা মিছন ফানবা

তাওরোইনাই নংনা
কংলাগী মেন্দা লৈরিউদা
নমৈবু নয়ানা চিঙ্কুনা লৈবগুম
নমু তাইবংমীগী খোযদৌদসু
নমৈবু নয়ানা চিঙ্কুনা লৈবীযু ত্রক।

লাইশোল অসিদি খোইদৌ মপাদা শোল্লু।

খোইদৌরা লৌথোকুবা

কুমাই হাং কুমাই থিংলবনে
কুমাইথিং কুমাইহাং হাংলবনে
চংলো গুরুগী যাথংনি।

শিজিমফমদি হৈরুক ১ পানা তাক্সা ১ গা খোইক থাওমৈ ১ খাংঙেনফমদা থল্লগা লাইশোল অসি শোল্লু।
মুতুংদা অনাবা মীগী খোইদৌদা ৫ রক শোল্লু খোইদৌরা ফুকপনি খাঙও।

খোইনা মহম শারবগী

নংনা চংলকপগী কোকপদি অসিনি

তিনকোকুরসি লাইকোকুরসি তিনশেংনরসি।

খৌরমদি শেলখাই ২ য়োং ২ ফিরাল ২ ফৌদাং উহল রা-উনৌ অশিবা খিক্রোয় মপাল পুম্মক অসি খোই
অদুদা উংলগা লাইশোল অসি শোলগনি। লোইরগা ঈশিং চংফম খোংহামফমদা হুন্দোকউ। অদুগা খোই
মহমদা পঞ্চামৃত হৈগনি অদু ওইবদি দোষ কোক্রে। নত্রগা খোই মহমদা মথক অরাংবদা শারবদি মপা
মখাদা চপ চানা নুঙ অমা ফুম্বদি খোইদুগী ফত্তবা ফল করিসু ফংদরে।

খোই শাবগী

খোই নংদি গুরুগী খোইদগী পোকই, নমিংদি খোই কৌই। নংদি পাখংলাকপনি, নুঙ অসিনা তুমদ্রিফাও,
য়েকম অসিনা মতোন চোংদ্রিফাওবা, গুরুগী মফমদা তন্নীয়ু। কৃষ্ণগী সেবা কুইনা তৌজরকখিগে হায়না
তন্নীয়ু। খোইরোই নিংঙোল লৌঙোদা নকুগা হায়নখিবা রা হৈরুক তাঙ্গ পানা তাঙ্গ চরনামৃত কবোক অথুম
অহাও হরিনামনা সেবা তৌরে।

লাইশোল অসিদি খোইশাবা অদুগী ময়াদা রাই তৈথোক্লগা হৈরুক তাঙ্গ ১ পানা তাঙ্গ ১ চরনামৃত খরা
কবোক অথুম অহাও নুঙ অমা যেকম অমা তোঙান তোঙান্না ফুমগনি অতৈ পোং অদুনা থারমগনি অদু
ওইবদি খোইশাবগী ফত্তবা দোষ কোক্রে।

খোইরাই ফনবা

ওঁ ঙ্গিরিং ওঁঙবিং ওঁ ঙ্গিবিং ওঁঙবিং

ওঁ ঙ্গিবিং ওঁঙরিং ওঁঙবিং স্বহা

খৌরমদি লাইশোল অসি ঈশিংদা তরেংলক শোন্দুনা তৈও খোইবাই ফৈয়ে, চিকপসু ফৈয়ে।

খোঙ খুং হিকতোকপা তেকপগী

ওঁ তুবি তিংশাম্মো

লাইরেল তাং শম্মো

নমৈবু নয়ানা চিক্লা য়াহিগ্লা

ক্রক ক্রক ক্রক

হা ইমা লৈমরেল শিদবী

সনাগী কোনফুলাংদা
চাক শৌবগুম শৌজিল্লো।

লাইশোল অসিদি মৈতৈ থুম ময়োনগা ঘীগা অনি অসি তিন্নদুনা নৈরগা লাইশোল অসি শোন্দুনা খোঙখুং
তেক কাইবদা তৈবা ফৈ অমসুং অনাবা মফমসু শোনগনি।

খোং হান্নগী

খুমন কৌবা গুরু নমৈনা য়েমোংবা কৌই
লুকোক মেল্লু লুশৌহাপউ গুরুগী যাথংনি।

চমফমদি লাইশোল অসি খুত্তা শোল্লগা নীংদুনা পায়শিল্লু মাংবা ফবনি। খাগী খোঙসু কাঙবা হাংবা ওমদবনি।

খোন তাবগী

নাহল লৌগী চাং
কেক্রে কে খোংদম চাং
ইমা লৈমরেন শিদবী
ফন্দ্র খাটৈ মীমাঙফুগী
লৈমা লৈনৌ তাদবী
ঙাঙকৌবা গুরুগী যাথংনি
কাপখংলু বিষ্ণু বিষ্ণু।

লাইশোল অসিদি পানাদা শোল্লগা পিজৌ, শোল্লগসু অহ্লুক নাহৌ।

ওঁ ঙোরোং ঙোরোং হো হুক
ওঁ ঙোরোং ঙোরোং হো হুক
ওঁ ঙোবোং ঙোরোং হো হুক

লাইশোল অসি কাদা শোল্লগা চাও খোল ফবনে।

তরেং শেলদি ময়া কুমফরৌই
রাংলেন পুংমাই নোপফরৌই
লিরিতিং লিরিতিং লিরিতিং
তিংখংলো খোঞ্জন য়াইবিবেন শিফরৌই
গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি খোল তাবা তাদনবগীদমজ্ঞা করিগুম্বা পোং অমদা শোল্লগা চাগনি।

থোন ফনবা অমসুং তাদনবা

থোঞ্জন যাইবীবেন শিদবা তোমৌ যুমশংবী
থোঞ্জনগী মমিংদি চিকিবাজা কৌয়ে
খৌনাওদা লৈবা তেংখন নংগী নমিংদি রাশুং কৌয়ে।

লাইশোল অসিদি খোন তাবা হুংনবা খোন ফনবনে। খৌনাওদা কুক কুক তৌদুনা তিন যোংখৌও ফবনে
খঙও।

খোমককলাইগী

ওঁ মৈ নং চাকও
ওঁ ব্রহ্ম নং তুমও।

লাইশোল অসিদি ঈশিংদা শোন্দুনা খোমককলাই চুবদা পিথকউ ফবনে।

খোমকক্লাই চুবগী

লাই কাচিন্দা লৌউবা
মতিন মকাং তাফদে
মইে মবোং মাঙফদে।

খৌবমদি মপা মমাগী হকচাং অদু চামলগা মথক্কী লাইশোল অসি শোল্লগা পিথকউ খোমকক্লাই ফবনি।

নত্রগা,

চুম্ফাচা অমা খুদৈ মচা অমা চবোং হাপুল ১ দা অঙাং অদুগী মমিং হায়দুনা খোমকক্লাই অসি নংনা পুখীবো
হায়না উশিল তৌবো। অদুগা চুম্ফা অমদা হিদিন ৭ কী ঈশিং নত্রগা ৭ লক শুনবা শোল্লগা লুম্ফদা থমউ
মপাগা মমাগা হকচাং অদু চামলগা অঙাংদা পিথকউ ফবনি।

খোমকক্লাই চুবা

ওকপী শানোইবী লৈখংলো
তিংবী তিংখংলো তিং তিং
গুরুগী য়াথংনি।

খৌবমদি অঙাং নাওরোন খুবা, অঙাং পিক্লিঙৈদা অমা শোকপা মশাশোনবা অঙাংদা লাইশোল অসি
ঈশিংদা শোল্লগা পিথকপা ফৈ।

খোম থোকুবা

লৈতৌবীনা তৌথরো

লৈহোংপীনা হোংথরো

হা-খোন্নাং মাই ওইবী

খোং অহনবা হোংথরো

গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি অঙাংদা তিংখৌ পুহান চবোং অঙৌবা মবা শিবীবা। মমানা ঈশিংঙমা শোল্লগা লৈমরেন্দা
খোন্নাংনিবা অদুগা থকপা। মমাগী খুংওইদা শোনবা যেংকী খোমদা নান্হবা, যেত্তা শোল্লগা ওইদা নান্হবীবা
খোম থোকই খঙও।

খোম থোক্তুবা থোকুবা

ইমা লৈমরেন শিদবী নমিংদি শুক লৈখেং কৌএ

খেংথরো খেংকংলো শল শল শলখোম শল

খোন্মিফবী নংনা নংথবো হরে-বে-বে গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি নুঙ্গীগী খোম অনিদা শোল্ল খোম থোকপনে।

খোম থোক্তুবা থোকুবা

পাইখোম্বী পাইখোম্বা

খাদবীরকও অমৃত অসি

গুরুগী য়াথংনে

পোংচংদি তুমপা কোরেক অমদা হুংলগা চাইশেল অনিদা মমানা চাক চাবিঙৈদা কোবেকনা চাইশেল অনিদা
চাবা লোইবা ফাওবা হৈয়ু। চাবা লোইরগা ঈশিং অদু অশেংবা লমদা হৈদোকউ। তৌগদবা নুমিত্তা লাইদা
ফের কংলু। খোম থোকহনবীয়ু হায়না বোব নিজৌ খোম থোকনি।

খোল তাবা ফনবা

ওঁং লোনবুং মাই লেপফরোই

তরেং শেলফাং লাংফরোই

পুংমাই তিংতিংতিং হংগংলো

গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি শিজিন্নবদি খুবাক ময়ায়দা শোল্লগা চুপউ খোল তাবা ফৈ।

খোম লাইখুন

খোমতা মতা মতা খোমতা
হিক হিক হিকথরো
তুন্মো গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি ঘীদা শোল্লগা নারুমদা তৈয়ু নাকোং চক্রদসু তৈয়ু ফবনে।

লংমাই খুনিং খুনমাং
ঐনা হায়বা নন্তে
শ্রী গুরু মহাদেবগী য়াথংনে
লাইখুন তুন্মো।

লাইশোল অসি লাইখুন হৌবা নাকোংদা শোনবীয়ু ফবনে।

খোম থোকুবা

ইমা লৈমরেন শিদবী লৈহনবী লৈহোৎপী
লৈকীস্থবী খোমদ্রাকপী খোমনৌবী
খোমলাং নাস্থবী চাওবীগী খোন্নাং নাস্থবীরকউ
গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসিদি ঈশিংদা শোন্দুনা পিথকউ খোম থোকই। অতৈ চানবা পোত্তসু য়াই।

খোমদাগী

খোম নংগী নমিংদি খুবোম কোই
ইরিকশিবীনা শিবগুম্ম শিও
তোকপা নিংকোক্লা কোকপগুম্ম তোকও
লোম্বনা তৌবগুম্ম লোমও
গুরুগী য়াথংনে।

খোমদা তৌরবাদি খোম য়েত্তা নারগা ঐগী ওইগী খুবোমদা খুত্তা শোল্লগা শাবমথৈ তকও। ওইদা ওইরগা
ঐগী খুংনা য়েৎকী খুবোমদা তকও ফৈ। শোকপা য়ারবাদি শোল্লগা নাম্বু চীন্দসু শোল্লু ফৈ। অমুত্তং মশক
উনা তৌরবাদি য়ুমদা তৌবা য়াই।

খোম লাইয়োকপা

লম্বোইবা লম্বোইবী অনিনা মচা অমা পোকই
 মমিং লম্বাহা কোই, লম্বোইবনা হায় মীনা নোকুরগনি
 অঙাং অসি হাংলসি হায়বদা লম্বোইবীনা যাদরে
 অদুদি থনম্মসি হায়দুনা চরোং মপাল অমগী মনুংদা থনন্নে।

খৌরমদি স্বাৰী অসি হায়রগা মখাদা লৈরিবা পোংচং অসিনা অঙাং অদুগী মমিং হায়রগা থাদোকউ।
 নোংপোক ওনবা লাতোন অমদা চেং খরা মৈতান মা পিয়ু, চরোং হাপুংদা থমউ অদুগা চরোং অদু মতোল
 পুন্নি।

খৌনাওদা পনবগী

হে লাইনিংথৌ ইবুঙো
 নংগী নমিংদি চাংঙু অঙাইবা
 খোইয়ুম অশঙবা কোই
 ননাইগী খৌনাওদা
 য়াল্লিবা পল্লিবা অসি
 হিকথবীরো হায়থবীবো
 গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি য়ুময়াইদা নাপী মচা অমতা ওইরবসু তারম্বা অদু চুম্বা থমউ অদুগা লাইরা অসি শোল্লগা পল্লিবা
 পোংকী মমিং হায়গনি। মদুদি - ননাইগী খৌনাওদা ঙা মক শা মক অসিনাচিংবা। অপনবা মথৈ ফবনি।

ইবুঙো নংগী নমিংদি
 হিক্কু লাবা কোই
 ননাইগী খৌনাওদা
 য়ুরিবা অসি হিকথবীরো
 হাইথবীরো গুরুগী য়াথংনি।

পল্লিবা য়ুরিবা অদুগী মমিংগা লোয়ননা খৌনাওদা শোনবা নত্রগা ঈশিংদা শোল্লগা পিথকপা ফৈ।

খৌরি তনবদা

হাই শনম্বা হাই শনম্বা
নুংমাইজমনা বিচার তৌগনি হয়য়ে
কুমলকও গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি খৌরি তনবদা শোনবা ফৈ।

খুদাংদা মিছন ফানবা

খুদাংদা লৈরিবা মিছন নংবু
নচুদি সনা অহিংবা মচুনি
লেঙফরোই হায়রি গুরুনা

খোঙদা মিছন ফানবা

খুজিনখাদা লৈবা মিছন নংবু
নচুদি সনা অহিংবা মচুনি
লেঙফরোই হায়রি গুরুনা।

লাইরা অসিদি মিছনফমদা শোনগনি, মিছন লেঙদনা লৈগনি।

খুজিন লাইপুম

হো চিং।

লাইশোল অসিদি খোঙ খুংকী খুজিন পুমদুনা নারবাদি খুজিন অদু হুংলগা শোল্লু ফবনি।



ভৌদোং ফনবা

মিংসনা তরেংবী, তরেং সনা তরেংবী
তরেং তরেংবী শাস্বা য়ুংনা শা
তম্ফানা পাওরোনবা পাও হাংও
গুরুগী য়াথংনি ননাই ঐঙোন্দা পিনবীয়ু।

রা অসি লিক্লা লৌরগা মদুদা শোল্লাগা তৈয়ু ফবনে।

ক্লী রাই রাক সংস্বাহা।

রা অসি লাইথোকপগী ভৌদোং চাইনা থোকপগী লাইশোল অসি শোন্দুনা মায়দা নাল্লু ফবনে।

চিরেং হিং স্বাই।

রাইহে অসিদি চৈনা খিনবা ভৌদোংদা রাইহে অসি হায়দুনা খুমিত্তা শোন্দুনা নোইয়ু।

ভৌ মনিক ভৌ মনিক মিং মরু
মিংত্রেং ম্লা তনৌবা মিংফা মিংফা।

রাইহে অসিদি ভৌদোং লৈবদা শোল্লু ফবনে।

ভৌদোংদা শোম্বা

নিংখৌ মচা অতোলবা লাইরেম্মা মচা অতোলবী
তিংখৌ মতোলদা লিক্লাবু ঈশিংপুল মরুম চাওববু
স্বরাই তুম ও।

লাইশোল অসিদি মিত্তা ভৌদোং লৈবদা শোল্লো ফবনে।

ভৌদোং মিং উদবা ফনবা

ওঁ সহিং ওঁ সহিং ওঁ সহিং
হিংস গুরুগী য়াথংনে।

খৌরমদি নোংঙাল্লমদাই লৈবাক তাদ্রিঙৈদা খুংনিংখৌ অনিদা শোল্লাগা মিত্তা তকউ। ভৌদোংসু মিং উদবসু
ফৈয়ে, হিপলমদাইসু তৌও ফৈয়ে।

ঙা মরু পনবগী

ম্বাই ঈ গী মরিন্দা শনম্বনা তুমদা হিগুনা থাই মরিন্দা ঙারা ঙাতিল ঙারেল অসুম য়াম্মা চাববু মরু পন্দে করিননো। মাইবদা হংও ঐসুঙ খঙদে। শোরারেল মাইবদা হংও ঐসুঙ খঙদে। শনম্বা নিংথৌদা হংও শাদুং তোকপা কৈনা ঙা চায়য়ে। শা চাবসুঙ মবুক নাদে মরু পন্দে, তাইবং মীনা চারবদি মবুক নাইয়ে। মরু পনবদি করিননো শনম্বা নিংথৌ। কুরুগী য়াথংনে নাফরোই মরু পনফরোই তারো।

চৈতেক থোঙদা ম্বুংনা ইনও তারবনে হায়ও, হোয় তারে খুমহল্লো।



চাক তুল্লবা

হায়ম তোনবা লিক্লাই মনাই লৌবম চনু অমুবা
মুরবসু মুচু নিকপী ঙৌরবসু ঙৌচু নিকপী
লিক্লাই কোন্দা কাবী নতৈ ননাওনা ফৌশুঙৈগী ব্রানে
হায়ম হায়ম।

লাইশোল অসি চাক চাবদা শোল্লবদি চাবা তুমই।

চবান অচৌবা

অতিংঙাদা গুরুনা দোলাই তোংদুনা পাইরিঙেদা নুমিৎকী মশেজগী চুমগী মওং ওইনা গুরুগী দোলাই কোঞ্জিনথক্তা তারে, মমিহদি কোঞ্জিন তুথোকপা কৌয়ে। কোঞ্জিন তুথোকপনা চাংলাই পোকয়ে। চাং লাইনা তাওরোইনাই পোকয়ে। তাওরোইনাইনা হংকোক পোকয়ে। হংকোক্কা লিনফোপ পোকয়ে। লিনফোপনা খারৌ পোকয়ে। খারৌনা লিনজম পোকয়ে। লিনজমনা লাইরেন চীলাইদবী তরেং পোকয়ে। মালেম লৈদা তারে ইখৈরেন্দি ইখৈরেন্দি কৌয়ে। লাইজ ইরোম্বুংদা লুপখরগা ইখৈনিংথৌ কৌয়ে। কোরৌনোংদা কাপ্তগা চাংঙু লাইফমথৌ মাপল কৌখরে। সৈত্যদা লোলাং পাখংবা কৌনা পোকয়ে। ত্রেতাদা লোনজা পাখংবা কৌনা পোকয়ে। দ্বাপুরদা চাংঙু নোংদ্রেং পাখংবা হায়না পোকয়ে। কলিদা চাংঙু পুরালাগা পাখংবা পোকয়ে।

তিলয়িরেন নং শিয়ো খায়িরেন নং শিয়ো ইতাওরেন নং শিয়ো
 তিলয়িরেন নংপুমও খায়িরেন নংপুমও ইতাওরেন নং পুমও
 তিলয়িরেন নং কংও খায়িরেন নং কংও ইতাওরেন নং কংও
 লাইরেন কংশিবা কংও নুংজ়েং পাখংবা শিও।

খৌবমদি লা লাভোল ১ কবোক নাচন ৭ হৈরম ৭ লৈবম ৭ য়েকুম অহান্না, ইন মচেং, থরোই অহান্না,
 নুরাংভৌ, ওচক খোমোন। যাংকোক অমদা হাপুনা অনাবা মমাওদা থাও অদুগা লাইশোল অসি শোল্লু।
 লাইবোন ওক্লবা লাইচুবা খোংবাল্লাই তিনখাক চুবা ফবনি।

চাক চাবা য়ানবা

পঁরৈনু নং লৈথোকও
 নাওকোল্লু নং কোনথোকও।

লাইশোল অসিদি চাক চদুম ৫ দা শোল্লগা চাও, চাক চাবা য়াই।

চাক মাংবগী

য়েনশাং অসি চাবদা
 চাক মাংখিবা অদু
 নংবু ওস্তা ঐনা চাবে
 নং কোল্লো ফবো।

খৌবমদি নুশী অদুনা চাবদা পুন্সীং চিংখিবা য়েনশাং অদু থোংলগা মাগী নিপা অদুবু চাহনবা ফৈ। য়েনশাং
 অদুদা লাইশোল অসি শোনগদবনি।

চাবা থকপা তুম্ববা

য়েংনা হক ওইনা তুম্বু
 গুক অহমগী য়াথংনি তুম্বু।

নত্রগা.

হকচাংনা পোলাংনি
সোরনা শুক্লি
খোইদৌনা শুম্বলনি
ইমা লৈমরেমা শুবা শুম্বলনি
হয়ুম হয়ুম।

লাইশোল অনিসিগী মনুংদা অমা চাবা থকপা লোইবগা খুত্তা শোম্বুনা পুত্তা নান্ধুবদি চাখিবা থকখিবা
তুমই।

চাবা তুম্বা

হো মহি রো মহি
অঙাং মহি কংফবোই
গুরুগী য়াথংনি

লাইশোল অসি চাকতোকপদা খুত্তা ঈশিং থকুনা শোল্লো চাবা তুমই।

ওঁ চাক কাটি চরপ চরপ তুম্বো
গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি ঈশিং থকপদা শোল্লু চাবা তুম্বো।

চাবোকপগী

থোঙপা নিঙোল হেনথোইবা
ঝায়রা নতেলচানা শিংলবনে
শিং-শিং শিংলবনে।

লাইশোল অসি চাবোকপদা চিংনবা লৈরবদি লরাইদা শোম্বুনা কামখৌ পোকপনি।

চাবোকপগী

অঙ্গ আনঙ্গ সো।

লাইরা অসি অছম্বক হমা লরাইদা শোল্লু, ঈশিংদসু শোল্লগা পিথকউ মচা পোকপা চিংনদনা পোকই।

চাপোকপগী

ওঁ ক্লিং যোগ মায়া হেবাগী থাংনি
 থাংজিংগী থাংনি কৌব্রুগী থাংনি
 মাইকৈ নিপানমকী থাংনি
 থাংলোন তবেৎমক গুৰুগী যাথংনি
 হাইথবো।

ঈশিংদা শোল্লগা লরাইদা হাপ্পো অঙাং শিববসু চংপনি।

থৌদু নুংদু থুংবা শলও
 কশোম শলদি চীবংবা
 নচী যেৎ থংবদি
 সনাগী লোঙখুম উল্লা
 নমিংদি তকসনা কৌবনি
 শেৎ খাইবোক কায়রবনি
 হাই গুৰু শিদবগী যাথংনে।

লাইশোল অসিবু লরাইদা শোল্ল ফবনে।

চাপোকপগী

ওঁ নুংখিক্লেন খিকথবো
 নুংখায়বেন খায়থবো
 নুংকায় খায়পোক কায়
 সেকাক সেৎ কায়বো
 গুৰুগী যাথংনে কায়ও।

লাইশোল অসি হিপফমগী লৈপাক অদু লৌবগা ঈশিংদা নৈদুনা শোল্লগা থকও। নাওয়েক লাকপনে নাওয়েক
 লাকতরবদা তৌও।

অঙ্গ আনঙ্গো সো
 অঙ্গ আনঙ্গো সো
 অঙ্গ আনঙ্গো সো।

লাইশোল অসি চাপোকদৌবিবগী লরাইদা অহমলক শোল্ল, ঈশিংদসু শোল্লগা পিথকউ।

চাবোকপা চিংনবগী

নুংতক্সেন নং তকথরো
নুংনাংলেন নং নাস্তবো।

লাইশোল অসি চাবোকপা চিংনবদা লরাইদা শোল্ল অদুদা তাদবদি লৈতুম অমদা শোন্দুনা শন্দংখা তম্মা
হল্ল অঙাং তাবনে।

কৌত্র মচা কৌববেন নমিংহা-কৌবা
নং কৌথোকউ কাংবিবেন নং কাংথোকউ
সংক্রেং নং সংদোকউ
নোংপোকনা পাইজনি থাংজিংনা থেংকুনে
নমিংদি হাই কুফেং কৌই।

লাইশোল অসিদি অঙাংপোকপা চিংনবদা লরাইদা শোল্ল তাবনে।

ক্লী হী থাবক থাবক
হাই অঙাং নং নপাগী তিখুন্দা তাবো।

লাইশোল অসিসু অঙাং পোকপা চিংনবদা লরাইদা শোল্ল তাবনে।

চাবোকপা চিংনদনবা

গুক নংগী নমিংদি লাল্লুপ খনবা কৌই
য়োংফলংঈং থোঙ মঙামক সং সংপিরো
অঙাং নংগী নমিংদি শ্রী কৌয়ে হাইতেবা।

লাইশোল অসি শোন্দুনা দারিদা অহুন্নক চাবোকপা মপাদা অহুন্নক কাঙ অঙাং চিংনদে।

চাবোকপা চিংনদনবা

মপু থাংনে মপু মীযান থাংনে
চিরাইফদে চিবাই কংশিন্দে
কং ক্লী লৈকংলাবা লৈকংসেং
সেংথরো খায়থরো।

লাইশোল অমদি-

চাংথৈ শল লাইমানবা
কসোম শল লাইতাংবা
চিরেন যেৎলম খৎপা
সনা লোঙখুম উল্লা
চিরেন ওইরোম খৎপদা
লুপা লোঙখুম উল্লা
নংনা হাইমরক হাইবদি
সু-সু-তাং-তাং হাইদোক্লবনি।

লাইশোল অমদি-

য়েক হা ছৎ তিং ছঙ।

লাইশোল অহম অসি চাবোকপা চিংনবদা মকোজা লরাইদা মবুজা শোল্লো তাবনি।

চাবোকপা চিংনরবদি

ইঁ ও।

খৌবমদি চাবোকপা চিংনববদি যুমাচি ৪ মকী ইকা ১/১ শংও অদুগা লরাইদা লাইশোল অসি শোল্লো অবনে।

চিজ্জাক থুনবা

খোইমুগী খোজেলগুন্না লাইনিংথৌও
নংগী নমিং হায়গে হুমিপাং স্বাহা কৌয়ে
নংগী নমিং অসিদি অমৃতগুন্নে খঙও।

লাইশোল অসিগী ঈরাং হায়গে :- তিংথৌ মতেন ৭ নে চেংখুংনাখোকপা ৭ ওমপোং লফং ১ মাতেন :
থাও। নমাই নোংপোক পাংনা খুম্ম ও চিজ্জাক থুংয়ে খঙও। খুক্সা থাদি ইঙা নুমিত্তি শগোলশেল ইরাইদা জৌও।

চাংথৈরোন

চাংথৈ নহা লাইরোংবা
লাংলেন কোঙয়াং চৈকুম্বা
মোৎকুম্ব খৌবা শেলকুম্ব কনবা
নহাদে এ এ এ॥

লাইশোল শিজিন্নবা মওংদি চাংখৈ হনবা মতমদা রাইহে অসি হায়দুনা মপান্দা ফিবোল থমদুনা খোঙ খুং
কাবন হাইদোকুনা যেমা খোংবদৌনা খোংউ। লাইবগা লাইশোল অসি শোন্দুনা চাংখৈবু খুমমউ।

চাংখৈ গুংক হে ইবুংগো
নহাক্লা ননাই ঐগী তিনথুং
লাইথুং পুন্মক কোকহনবীযু
পুন্নিবোন পিনবীযু।

খৌরম অসি তৌবদি নাবা হৌনদে পুন্নি শাংই হকচাং যান্না ফৈ।

থরোই কন মীশা কন
থবোই কন মীশা কন।

খৌবমদি খোঙ খুং কাবন চংনহন্দুনা কমা রাইহে অসি হায়দুনা হাইগনি।

চৈরাওবনচিংবা কোন্সোঙদা পোংকংপা

লৈকাই অসিবু কোনবীবিবা
লাইবেম্বা লাইবেম্বী লম্বাবা তুমাবা
হান্নশিবা অম্বা কোকচাওবা
কোন্নাশিবা অম্বা লুকাইবা
নখেই পুন্মজা ঐনা পোং অসি কংচবি
হাওই থুমই হায়বীযু।
কুমসিগী মবাই লাকপা
তিনমু লাইমু ফণ্ডবা পুন্মক গাকপিয়ুকো।

লাইশোল অসিদি চৈরাওবনচিংবগী কোন্সোঙদা চাক্রচিংবা পোংচৈ থাদোকপা কংথোকপদা শোল্লু অফবা
ওই।

চংথোকপদা গাকশেম্বা

য়েত্তা সনামহি, ওইদা ঈশিংচাইবা
মাঙদা লৈহংলাই য়াইশবা
তুংদা পোংলেন তুথবা
থক্ত থোংনাং অপুন্না

গুরু মঙানি

তিনসু লাইসু শা-কৈ য়েক্লতিংখং

পুম্মক ডাকপিয়ু।

লাইশোল অসি লাংফৈ ইফৈ চংলমদাইদা শোল্লগা চংলু ফত্তবা থেংনদে।

যাত্রা হনবা অমসুং যাত্রা খুরুম্বা

উ নংগী নমিংদি উজাওবেন মৈনাইবা কোই হায়য়ে

নংবুপোকপা নমাগী মমিংদি চাংবু লৈমা তন্থু লৈমা কোই হায়য়ে

লপ্নেন কাদা যাত্রা হায়দনা য়ুংলবদি গোপাল্লদেব কোই হায়য়ে

ইবুংঙো নংগী নখোঙ অসিদা গৌস্তুম্ব বাগ মনি লৈ হায়য়ে

নুমিৎ নুমিৎ খুদিংগী সনানা মতোন চোংই হায়য়ে

লুপানা মপাল শাই হায়য়ে

সনানা মতোল চোংবা তেজুনা তাবা

লুপানা মপাল শাবা কেস্দুনা তাবা

ননাইগী চরৈ ফিগাওনুংদা তবীয়ু।

পোংচংদি হৈকক পানা খোইরু থাওমৈ যাওনা ইবাই নুমিত্তা খুকমউ। যুম মাংবা য়াদে।



তাইবং মীনা খোইয়ুম লাই উনবগী

নংবু ঐনা অমুক্তা উনগে নীংবদু অসিগী নুমিত্তা থোকে, নুংঙাইরে। হে কুরু ইবুংঙো পুকমেমসি পাওমেমসি। নংসু খোইয়ম লাইরক্তা নপা নমাদা নচিন ননাওদা। অসিদি ঐদি নমু তাইবংপালবা মীবু উনরক্কে পুকমেমসি পাওমেমসি। নংসু তাইবংপালদা নপা নমা নচিন ননাওদা নঙাই নশেল পুন্মক্তা নংসু পুকতম পাওদমজকরো। তীলচুনাকুনুসে লাইচুনাকুনুসে। হে কুরু নহাতি চাক্কী মপুনে ললগী মপুনে। চাক্কীও ললকুবীও হে কুরু। নহাকসু চহি চাম্মা পাল্লো ঐসু চহি চাম্মা পালগে।

খৌবম মাগা পাওশী পাওমেমবা লোইরবদা (রাইহাশিং অসি লোইরবদা) হবিনাম পিখো। নংগী সেবোক থোকে মানা যাল্লা হরাওবনে খঙও। হকশাংদগী তু অহম ফোয়দনা খুবাক্তা হাপুনা মঙোন্দা কামশিল্লো। লাই উনবগী লাইশোন খৌবম অমদি অসিনে খঙলো হে মীও।

তিমা অঙাং য়াংলম চিংবগী

ওঁং য়াং নংদি তিনবীনে
ওঁং ক্লীং তিল্লিবৈমা শিয়ঃ
লাইবিরেস্তা শিয়ঃ ওঁক্লীং শিয়ু।

খৌবমদি মাইবেন মখোক্তা শোল্লগা তক্তুনা লুশমদগী নীঙদু ফাওবা তৈয়ু ফবনে।

তিনখাক মতু তানবা

সোবারেনগী তেমে
খল্লাংবগী তেমে
সামহিগী তেমে
হল্লো গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি ফুংগা লাইরুদগী লৈবাক খরা লৌরগা মীনা তোংতুনা খুবাক্তা তাদুনা লাইশোল অসি শোল্লুনা কামশিল্লু। তিনখাক মতু তাই, হিদাক্তনা নাল্লবসু মতু তাই।

অনাবনা চিল্লবদি মখাদা ইরিবা লাইশোল অসি হিদাক্তা শোল্লগা অনাবদা নাল্ল চিকপা ফৈ।

ওক্লা লৌনিগা হুইনা য়েনদোংঙে
ইমা লৈমরেন নংগীদমকনে।

তিনখাক মতু তানবা

অতিয়া শিদবা হে ইবুংঙো
 সনা মহি কৌবা হে ইবুংঙো
 নংনা থাবা তেনবু নংনা শংলু
 কৌক্রনা কৌই হাই
 মার্জিৎনা মাই হাই তাবো।

লাইশোল অসিদি খুত্তা শোন্দুনা নাছৌ তিনখাক মতু তাবনে।

তিনগী

তিনলিকুং তিনলিশং তিনলিশি
 তিনবী লুনাইদবী তবেৎমা তুমও
 গুৰগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি চান থকুবা পোৎলমশিংদা শোল্লগা পিজববাদি তিনগী অনাবা ফৈ।

তীলনা নাবগী

ইমা লৈমরেন শিদবী নংনা পোকপা নচাদি
 তীলবীবেন শিদবী কৌয়ে।
 তীলবীরেন শিদবী নংনা নুংবীবেন শিদবদা
 নমৈবু নয়ানা চিঙ্গুনা লৈয়ু।
 তীলবীরেন শিদবী নংনা পোকপা নচাদি
 তীল ট্রিক পুক ট্রিক কৌয়ে
 তীলবীরেন নংগোল্লদগী হেনফবোই
 তীল নংবু হাংপদি
 লৈনুং খোংবান অতোম্বনা হাংপনি
 লীছই লীতুপ লীছই লীতুপ লীছই লীতুপ
 লাইরেন কংশিবনা শিবগুম শিয়ো।

পোৎচং খৌরমদি হৈমাং মহিদা গুনমরিচ অহুম অমদি তংখাই অমনা ধুমথক্তা হনকংলু, অনি তংখায়না
 হাপও। লাইশোল অসি ৭ লক শোল্লগা মহি ১০৮ লক ওন্দুনা থকও লুঙ্গানে (তীলফবনে) চুহি খরসু
 হাপও ফবনে।

তিন-লাই লৈবা কোক্লবা

ওঁ গুরুশিদ্‌বনা পীনাইদবী পামৈয়ে, পীনাইদবীনা মচা তরেং পোকয়ে।

পারি অমদি চাংদা লৈরগা চাংলাই কৌই, পারি অমদি তমদা লৈরগা তমলাই কৌই।

পারি অমদি লোক্তা লৈবগা লোকলাই কৌই, পাৰি অমদি পাত্তা পাংখি কোমখি লাই কৌই।

পারি অমদি হংকোক কৌই, পাৰি অমদি নাবিল কৌই।

নখোই তবেৎমকপু পোকপা নপাদি তৌবেনতেক কৌই, নমাদি তৌবেনখা কৌই।

নবুয়ৌগী মমিংদি কংশিবিবা কৌয়ে মখা তেক হ-কংশিবিবা কৌয়ে।

শিও পুমও কংও।

লাইশোল অসি ঈশিংদা তবেৎলক শোল্লগা নুমিং তবেৎনি থক্লবাদি অমসুং তৈববাদি তিন-লাই লৈবা ফত্তবা খিবিক কোকই।

তিন লৈবগী

তিন নংগী নশুংলাংগী

কবৌগী থুমনা কাবক কাবক

মৈদা খাববনি।

মী নত্রগা শাশিংদা তিন লৈববাদি থুম খবদা লাইশোল অসি শোন্দুনা অচাকপা মৈদা চাইশিল্ল ফবনে।

তিন লৈবগী

খজিং নংগী নমিংদি তুমশং কৌয়ে

তুমশং নংগী নমিংদি খজিং কৌই

খজিংনি তুমশংনি

তুমশং নংনা শংতোক্লো

গুরুগী মাখংনি।

শিজিন্নফম খজিং তরেংতা শোনবা অদুগা পিজরবাদি তিন লৈবা কৈ।

তিন মতুগী

থাংজানা থাংজিং পোকই
 থাংজিংনা থাংজা পোকই
 কালি চিক কালি কং
 চিক চিক চিক চিক চিক
 থোক থোক থোক থোক থোক
 হাইথরো গুরুগী যাথংনি।

লাইশোংন অসি তিন মতু লৈবদা শোল্লো তাবনে। অহুম মরিরক শোনগনি, ঈশিংদসু শোনগনি।

তিন শিনবা

কংলা ফানখোং মরিরকী বানে
 থাংকং চিরা মরিরকী বানে
 তিনবীরেন শিও।

খৌরমদি কংলা ফানখোং ৪ মজা কতুনা শৌজখোংদা থম্মু। হিদাক্তি চেংকবোকী যাম অশাবনা ফিচেং ১ দা
 হাপুনা নম্মু তিন শিবনে খঙও।

তুম্বদা ঙাকথোক্লুবা

লৈনুং কাংব্রেন কাংথরোন
 শহ্লেঙ কাংব্রেন কাংথাবোন
 খুম-খুম-খুম, ফ্রিং-ফ্রিং-ফ্রিং
 শলগী শহ্লেঙ থিংবা নত্তে
 তাইবংমীগী থোঙমাপলমক থিংলবনি
 মীগী হিকাপ যাইকাপ যাদু নুংদু চংফরোই
 গুরুগী যাথংনি।

কাম্বা তুম্বদাইদা খুংনিংখৌদা শোল্লগা থোঙ মাপলদা থিংবা ফত্তবা ঙাকথোক্লুই।

তুম যুবা চোংথোক্লুবা

শৌ নংনা যুবদি খোংনাং মতোন লানখরে
উয়ুং মতোন লানখরে শুহিমা দা তাখরে
চো সৎ চো-চো-চো গুরুগী যাথংনি।

শিজিন্নফম লাইশোল অসি শোল্লগা শৌ (তুম) অদুগী মমিং রাচেংনি, তিংখংনি মশক হায়রগা থাউ অহিংবদা
লোল্লগা লশিংদা লুপ্লগা থোমও। হুমনিদা চোংথোক্লুনিয়ে।

তুম যুবা থাংনা শোকপগী

ওঁ অরাপাই উচুং রাচুংনা শোকপা
থাংনা তেল্লা শোকপা
অয়ুক চাকচামাও লৌকুমদৌরিবরা
য়াংকুপ শমকুম শমজিল্লো
কোরৌনোংদগী তেথরো
তকুপ তকুম্বী তরেং তরেংবী
শজিক তোনৌরানে
গুরু শিদবগী যাথংনে চোংখংলো।

লাইশোল অসি তুম যুবা মফম থাংনা শোকপা মফমদা শোল্লবদি তুম যুবা চোংথোকই থাংনা শোকপাদসু
ফৈ।

তুম্বদা শোল্লবা

হো মনিক সো-মনিক, রো-মনিক, হা-মনিক
অহিং কৌবদি ইমানি, নুংখিল কৌবদি ইপানি
অহিং কৌবা ইমা নংনা ফত্তা হাওদি তাকপিয়ু
নুংখিল কৌবা ইপা নংনা কোকহনবীয়ু।

শিজিন্নফমদি তুম্বা মতমদা খুবাকতা শোল্লগা মাই মিং ইশাদা নাল্ল অফবা ওই।

দশা ফত্তবা ঙাকরুবা

উরা হিংনপ ফু।

লাইরা আসিদি দশা ফৎলকত্রবা কান্দা নুমিদিং হিঙ্গদা অহ্মলক শোল্লু দশা ফত্তবা ঙাকপি।

থগোকপগী

খৌনাও নং নরুম কোকত্রিবরা

কোকথোকও গুরুগী য়াথংনে।

খৌনমদি খুদোন মঙাদা লাইশোল আসি শোল্লগা চরমদা শোকও অদুগা শোর হোন্দনা তিল অহ্মলক য়োৎখৌ থগোকপা ফৈ। চুহিগা থুমগা চারবসু থগোকপা ফৈ।

থগোকপগী

হেঁ ক্রোক হেঁ ক্রোক হেঁ ক্রোক

হেঁ ক্রোক হেঁ ক্রোক হেঁ ক্রোক।

লাইশোল আসি থগোকপদা শোল্লু ফবনে।

থগোকপগী

অথিংকোরে থিংকোবে

চাওবা নংগী নমিদি অঙ্গো কৌএ

কোনোক থেংগাগী য়াথংনি হল্পু।

লাইশোল আসি ফমফম ফত্তা ফল্লগা শোল্লু ফবনে।

হাই কৈনিঙ হিপলে কৈখা কুমলে

ঙানুনা খোংবাল য়োংলে হল্পু হাই

গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল আসিসু চাকতা ঈশিংদসু শোন্দুনা চাবা থকপা য়াই। ওবা অমসুং থগোকপা ফৈ।

হাই পোলাংখোক মখা লিংপা য়াখিবা

হল্পু হাই গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল আসিদি খোমখাগী মিহ্নফমদা শোল্লো থগোকপা ফবনে।

থগোকপা ফনবা

পাংখোং পাঞ্জৌ কালি মরান
ব্যাল ল্যারি মরান ল্যান
ইঙা চিরি রি-রি-হে-রে-রে-রে।

রা অসিদি তোকনিংকোক মনা ৭ তা শোল্লগা মনম নমহল্ল। রাম তুলসি মনা ৭ তসু শোল্লগা নমহল্ল মুচমসু
পিথকউ থগোকপা ফবনে।

থাগী ঋতুনা লিরুবদি

ঈসু ঈরম তরেংনি খোংসু খোংলম তরেংনি
থৌদু নুংবী থৌদু নুঙ থোং হাংলবনে
ওঁ মরাও বিরাও সো-রো গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি শিং কাংশানা মপাক তরেং শোইরগা মপাক খুদিংদা লাইশোল অসি শোল্লগা লোইববতুংদা
পুল্লপ অমুক শোল্লগা চাও। ঈ-নিংখিনা চংকনি।

থাগী ঋতুনা হেমা চংলবদি

ঈ সু ঈ রম তরেংনি খোংসু খোংলম তরেংনি
থৌদু নুঙথোঙ থিংবী থৌদু নুঙথোঙ থিংলবনি
ওঁ মরাও বিরাও খক্সো গুরুগী য়াথংনি।

থৌরমদি থাগী ঋতুনা হেমা চংলবদি লাইশোল অসি শোন্দুনা মথক্কী নিয়ম মতুংইমা তৌ, ঈ থক্কনি।

ঈ-সং-নারিসং-লাইশোল অসি ঈশিংদা শোন্দুনা পিথক্কবদি ঈ-চংলি।
ঈ-খক-নারিখক-লাইশোল অসিনা ঈশিংদা শোন্দুনা পিথক্কবদি ঈ-খকই।

থবক পুম্মমজ্ঞা অফবা ওইনবা

পাখংবা নংগী নমিংদি অতোলৈ কোই
নখোই অনিনা লাংবুম অমতা ওইদুনা
সনা ফন্ম্বালাংদা কাখরবদি
নমিং অতোয়াইমা কোই

লোয়শঙ মঙামকী হনজবনে
নিংখৌ মঙামকী মপুনে
নমিংদি নাওফমলেন কৌবা হেগুংক।

লাইশোল অসিদি পাখংবা মেনযাত্রা কৌই। থবক চংলমদাইদা ক্লা-দা শোন্দুনা চাবা, লৈবাজ্ঞা ব চিন্দুস্বী
ইরগা লাইশোল অসি শোন্দুনা লাইবজ্ঞা নমও। অদুম তৌববাদি থবক পুন্মজ্ঞা অফবা ওইয়ে।

থাংলোন

তিনমুরেন শিও
লাইমুবেন শিও
নপা থাংদি চানাইবা
নপু থাংদি তোনককপা
ঐগী থাং অচুম্বনা কল্পবনি
ছপ হক গুংকগী যাথংনি।

খৌবমদি খুদোন্দা শোল্লগা কাবন চিংউ অপোন্সু ফবনি।
হিদাক্তি অংকোং মখোম মোইথাপ্তা লুপ্পগা থোন্সো ফৈ।

থরাই মি কৌনবা।

হো-হোঁ, খাবুঙ লাইবুঙ
লাংমাথেলবী সংকাবেলবী
কুসং কাসং লাও-ও।
হো-মি-মি
হো মুবি লাও-লাও-লাও
হো মুবা লাও-লাও-লাও
থরাই মঙা মিগা থানা তব্ৰকমক
লাও-লাও
নপাবজ্ঞা তিল্লো, নপুকোন্দা চংলকউ
লাও-লাও-লাও-ও।

পোংচংদি হৈরুক তাক্সা অমা, পানা তাক্সা অমা, খোইক থাওমৈ অমা, থাওমৈগী শেল দক্ষিণা অমা,
তোরৈ ৭ কী ঈশিং খুজোক ৩/৩ শোক্কনি। শারেপ ফাদ্রিবা নুপিমচানা নাইবা লাংহিং অমা য়াওগনি।

খৌরমদি অনাবা অমা শিবা যাবা মওংদা লৈদুনা মিছন ফংদ্রবদি; অহিং অথেংবদা অনাবগী মমাংদা খোইক থাংমৈ থান্দুনা পোংচংশিং অসি থমগনি। লংহিংনা শাইচুম তাফম মাস্কোন্দগী তিংলক্তুনা অনাবগী খোইদৌদা থল্লগা মাইবনা লাইশোল অসি শোনগনি। থরাইমি কৌরিঙুদা ইমুংদা অতোপ্লা মৈ অমতা ঙালহনবা যাদে। তোরৈ ৭ কী দীশিংদি মচিন্দা খরা হাপকনি, মশাদসু চাইথোকপিগনি।

থরাই মি কৌশিন্নবা

হা! মিরেন তোংব্রবা

নমিং হায়গে তাও

নমিংদি সনামনিক কৌই

লা-লা-লা-রে-রে-রে

কুক-কুক-কুক।

থরাই হামচং মিরেল হাস্বেইবা মতমদা খোইদৌদা লাইশোল অসি শোন্দুনা থরাই মি কৌশিনগনি।

থরাই মি কৌশনবা

গুরুনা মমাংঙৈ তাইবংপানবা শেমঙৈদা অহানবদা মপাদা শিলৈ। পল্হৌ মপানা লোইদাম থাবুম অনি পুরগা পলেম মমাদা শিলৈ। পলেম মমানা নুমিং শীংবুম ৩০০নি লোইদাম থাবুম ১০ নি পুরবদা। নোংমগী নুমিতা গুরুনা অঙাং নং নমাগী গভ মনুংদা লৈবা যাদরে তাইবং মালংপান থোকউ হায়বদা অঙাংনা খুল্লকই। গুরু তাইবংপান হায়বসি য়াম্মা নুংঙাইনা পাল্লি হায়য়ে অশংবা মরম ১০০ অমুনবা মবম ১০০ নুমিংথা থোক্তুনা নুংঙাইনা পাল্লি হায়য়ে। অদুবু ননাই ঐদি গুরু থাদোক্তুনা তাইবংপান থোকপা ঙম্মোই। অঙাংনা যাদরবদা গুরুনা য়াৱা পিদুনা য়েংই, অঙাংনা যাদে। গুরুগী য়েংথংবা ফৈবোমদগী লোয়নবা পুথোক্তুনা অঙাং নখোই অনি থোকমিন্নরো। অমনা ৱারে ৱামিমৌ নুঙাইরে নুংঙাইমিমৌ, মিৎনা কুপ্পা অমতা লংলা মফেল অমতা থাদোক্কগনু। নংগী নমিংদি মী মনিক মরা মনিক কৌএ। থোকউ হায়রবদা অঙাংনা যাদরে, ময়াদরবদা গুরুনা ময়া তৌরক্লে। মমাগী খোইদৌ ময়াদা স্নাগী থম্বাল অমা শাংহল্লি। স্নাগী থম্বাল অদু মখোক থেকতংলগা মমাগী থোঙলেন তানা লংথরকই। স্নাগী থম্বাল পাম্বনা, অঙাংনা থম্বাল তামরকপদা তাইবংপাল থোরক্লে। স্নাগী লীফকতা তারে অঙাংনা গুরু কৌরকই। লোয়নবনা খুমই। অঙাং নংনা নমাগী গভ মনুংদা লৈরিঙৈদা গুরুনা নংগী নমিং লাংউরুৱী কৌই। হো লাউরুৱী নংবু লাও-লাও অঙাং নংগা থোকমিন্নরকপদা ক্লী মহা মনিক (মিং) লাও-লাও অঙাং নংনা স্নাগী লীফক মথক্তা লৈরিঙৈদা নমিংদি অঙ্গো নারা কৌই। অঙ্গো নারা নংবু লাও-লাও পলেম নমানা কৌবনে খোন্নাং অমৃত থকও লাও। তরুকনিশুবা ইপাল নুমিতা লাংবুম হায়না কৌই। হো লাংবুম লাও-লাও, পল্হৌ মপানা

মমানা (মিং) হায়না কোঁই। (মিং চাওবা) চাওবা নংবু লাও- লাও তবা চাকপু চাররোও। হো খাবুং লাও- লাও, হো লাইবুং লাও-লাও। লৈমা লৈনাউতাবি নিংখৌ কাংবা মফমদা কাংউরো লাও-লাও। থমলাং ঙাখোং তৎতরি সিক্লাং চোইনা তাদরি, হরি কৈথেল কাদবি মি-মি থরাই মঙামক। বে-রে-রে, কুক-কুক-কুক, র-র-র কোন কোন। থরাই (চাওবা) নংবু মিহিংতে নপ ফানপ তে-তে তেরে, রো-রো-রো, কোন-কোন-কোন গুরুগী যাথংনি।

খৌরমদি অনাবগী খোইদৌদা শোল্লু থরাইমি লেঙদনা লৈগনি, চংথোকখরবসু লাক্কনি। থরাই মি চোইবনচিংবা পুম্মক কামগনি।

থিবুম ফাইবগী।

খোইথুপ রিনথুপ
খোইরিন থুপ মিবিন
থুপ হুইরিন থুপ
থুপ-থুপ-থুপ
গুরুগী যাথংনে।

লাইশোল অসিদি চাক চাখোম ও দা শোল্লগা পিজৌ থিবুম ফাইবা ফৈ। নত্রগা উশিংশা ফুংতুনা মহি থক্কবসু ফৈ।

থি-ফাইবা থিংনবা

হংস:হংস:হংস:হংহংহং
নংগী নথি ফাইরিবাসি
চীক চীক স: নল্লবনে থিংঙবনে
হাই খকও গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসিদি থি ফাইবা থিংনবনে খংঙো।

থেবরোন

হৌজিক্তি মীওইবগী হকচাংদা গ্রহ মাপনমাগী মতুংইন্না চারিবা থেবা শাবা লাইগী রাবু হায়গে।
অনাবনা অফা অপুম্বগুম নারবদি থেবা উরী খাঙবনে।

ঈরাংতি য়েকুম অমা মমুং লৌও, ফৌ কাকী চেংখুংনা খোকও, লা তাম্ভদা হাপও কোনয়াই পুমা হাপও।
উরীদা মোইরাং লাইচিরমদা তৌও। মমিংদি উরীরেঙ কৌয়ে। অদুগা উরীদু থাংনা য়ানথংলমও হমা য়েংকুনো
ফবনে।

কুমওন থাওন্না কনঙম হৈঙমদনা নাবদি থেবা ফকশাবনে।

ঈরাংতি শুমাও য়িল্লুম খালফমদা খুবোম অমা তৌও। তৌফক ৭ শাও, হৈয়িংনে হৈপানে হৈপোংনে
পিরিলহৈনে কাংক্রৌনে হৈতুপনে হৈবীনে ফক অমদা হৈ মরম ৭ লৈরম ৭ হাপও। ফক ৭ মক শুনা
হাপও। কোম মনুংদা হাপও। মমিংদি-চিকফা কৌয়ে। তরেংলক শোলও ফবনে।

মমায় মমিং তাইফেং তাইনা শিকচিল কংশিলনা নাবদি থেবা খাচম ফুৎপনে।

ঈরাংতি য়াম নাচল ৭ আরোংলাদা হাপও। য়াম মথক্তা য়েমাও চাকখুন্দরিবা অমা পল্লি তৌও। মফমদি
তারি মখাদা খুবোম অমা তৌও, লাতোন নোংচুপ ওনও। মমিংদি- চুপসৌ কৌয়ে তরেংলক শোলো
ফবনে।

লুমনা থানা লেঙঙম ওংঙমদনা নাবদি থেবা পুইল ফুকপনে।

ঈরাংতি পুইল মখোঙদা চাক চদুম ১৮ ঙাপুম থরোই ১৮ খোইক থাওমৈ ১ শেল মখায় ২ না রাইখরমও।
লাতোন মখা ওনও। মমিংদি - ফকয়েং কৌয়ে, তরেংলক শোলো পুইলদি ফুকতোকলম ও হমা য়েংকুনো
ফবনে।

থেবনা রাঙপল সারাইপি শারে। লাকনা খংনা নারে।

ঈরাংতি লাতোন ৩ কারমাও, য়ামনা খুনুঙ অমা শাও, ঙানু মৈতুঙা ১ শাও, কোনয়াই পুমা উমহল্লো,
য়েকুম ১ সু হাপও, নোংশিং লমদা থাও। লাইমিংদি রায়রংবা কৌয়ে। তরেংলক শোলও হমা য়েংলমকুনো
ফবনে।

থেবনা উচেং নোইনিংশাবগী লাইনাদি মমায় ঙাঙনা ফিংনা ফাইনা নায়ে।

ঈরাংতি লাতোল ৭ তা কবোক নাচল ৭ য়েকুম ১ কোনয়াই পুমা হাপও, খয়োম শাও, তুরেলগী ঈশিংনিংশা
হোন্দনা শোকও। অনাবগী লরাইদা নমদনা শোলও। লাইমিংদি হ-র-স, নিং-নিং-নিং কৌয়ে, তরেংলক
শোল ও। অদুগা ঈশিং অদুদি মফমদা হৈতোকলুও ফবনে।

থেবনা ব্রাতোল উতোল কারে, লাইশ্রা শারে। লাইনাদি ওকলি লুশম খাঙনীঙতু ফাওনা চিকনা য়েকনা নারে।

ঈরাংতি উতং মখোঙদা থুম্পী ৭ অহাও অথুম হৈবম ৭ লৈবম ৭ লফোই ওমপোং লাফাং ও পুমনা খোকও। লাতোন নোংপোক লম ওনও। রাতোনদি লাকখাদনা চেকপনা লাকও।

লাইমিংদি য়িখাক কৌয়ে, তরেংলক শোলও। রাতোনদি থাংনা য়ানথংলমও, হ্মা য়েংলমকুনো ফবনে।

থেবনা ইংখোল মতোল মোইরায়া শারে। মাগী লাইনাদি :- নাকোংদা পিংলাওনা য়ৈশিন্দুনা ঈরাও খোলকুম তানা নায়ে।

ঈরাংতি ইংখোলগী মতোলদা য়েংদৌ খারা শাও। ফি অঙাংবা ১ থাও, লৈশঙবা ফিরাল ১ তাম্বারা ১ দা অথুম অহাও মরম ৭ হাপও, লৈমরম ৭ হাপও লাতোন নোংপোকলম ওনও।

লাইমিংদি খিং-খিং-খিং-খিং-খিং ৭ লক শোলও লৌখোকলমও হ্মা য়েংকুনো ফবনে।

থেবনা মুমচঙলে সেংখোঙ নারিলখাকী লাইহিংচা শারে। পিরাই কময়াদা চিকনা খোংনা নারে।

ঈরাংতি তুম ১ শাও পুংফাই মখোঙদা য়ুংও কেদ্রু ১ হাপও। তাম্বারা ১ দা থোইদিং কাংশুবী ৭ হাপও, তুম মখোঙদা থাও। লাইমিংদি রাইচিক রাইচিক খংতুম খংতুম কৌয়ে, অহ্লক শোলও, শংতোক্লমও, হ্মা য়েংকুনো ফবনে।

থেবনা থমোইগী থাচিনতা থাংলে। চিকনা য়েক্লা নাববাদি থমলাদা ওক শদুম অমা হাপও। লৈয়ুনা থাওমৈ থালও, ঈশিং ঈতোলদা থাও ফবনে।

অসি খৈবিকপু খঙজরবাদি থেবা তৌতোলতোংবা কৌয়ে। থেবা ঐগী যৌনিদি খোইহি শলখোম অহিংবা, চেঙপাক কবোক লফোই ওমপোং চঙথোকপা লফাং পুমনা খোকও। পানাক্লা ফু অহিংবা ১ থাওমৈ ১। লাইমিংদি অপক কৌয়ে, লাইপকতা পকয়ে হায়বগীবু অপক কৌয়ে, লাইপক কৌয়ে। ইমিং তুমপক কৌয়ে, থাদি য়িমশকৈশনে নুমিংসু য়িমশকৈশনে। থানিলদা লাংও, থেব ঐগী ইতিকতি কাপুই শল্লাং মাইবনা খঙলমপানে। তাইয়ম নাইসিনা কাওরেল শলয়াম লোইয়ে।

থাওশুবসু থাওকংবসু ঐনে। ইমিংতুম মল্লাতিঙ মল্লাতিঙ কৌয়ে। অফবসু ফববসু ইতোম্মা নাঙাইয়ে। মীশি মীপোক অঁশেং কে কে রে কে। কুক কুক কে ক চিক নপ তে তে শ্রা নু নপ হুংরঁ সোং চোং খক হিং কৌয়ে। থেবরোল হায়বা অসিবু লুনা নীংও, হে মীওইবশিংও।

ধাতু নুংশং ফনবা

ঈশিংগী মচুদি হিকোক্রে নমিংদি কুমলং কৌয়ে
মিংদা তিন ফাবনে ফিরিং-ফিরিং সেংশাই তুমঙ।

খৌরমদি হকী ঈশিংদা শোন্দুনা থকউ ধাতু নুংশংগী নুংশিং তুম্বনে।

হিদাক্তি হামেং শমপকপী নাপাকপী মনা শুরগা শামতু কম্বল মৈ থাদুনা তাজ্জোই অনি অদু তিন্নরগা
শৌজথোঙদা তৈয়ু নুংশং ফবনে।



নাওফম চিংনবগী

হাই - লিনতাওবী নং তাওথরো
লিনচুস্বী নং চুমথরো
গুরুগী যাথংনি শরিং।

লাইশোল অসিদি লরাইদা শোল্লু নাওফম তাবনে।

নাওফম চিংনদনবা

সর তিং হো
মাইবী খাকী বানে
জুঁঙা শেংতীং।

-০-

হরিনা খোংবান্দা চাপোক তমঙেগী বানে
শর শর তারো গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অনিসিদিগী নাওফম চিংনবদা শোল্লু নাওফম তাবনে।

নাউফম তানবা

নুংশংনু নংশংথরো
নুংনাওবু নং হায়থরো
চারাং হাইক কৎলাসং
হাইক মী হায়থরো
গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি লাইশোল অসি লৌরাইদা শোল্ল নাওফম তাদবগী অরাবা কোকই।

হিদাক্তি গুনমোরিচ ৫/৬ তং কুপ্লা তকখাইরগা ঈশিং খরদা থাদবগা মৈদা লোল্ল অদুগা থকপা য়ারবা
কান্দা নংনং থকউ। নাউফম চিংনবগী কিফম লৈত্রে।

নাওফম তানবা

হে নোংবাল পুঙ্গিবা
নগু মিংবু পুরাবনা শিন্নবা
ঈ তাথরো নঙ হাথরো
ঈঙাঙ নঙ চাইথরো।
সেং কাইও খাইবোক কাইও।

লাইরা অসি নাওফম তাদবা তানবা য়ানে। নিপানা মখুংতা শোল্লগা উখোকতেন্দা য়ৈও। নুপীনা মাঙসোক
উখোকতেন্দা শোন্দনা নখুং ওইনা য়ৈও।

নাকোং তাথিবদি

ঙাঙভুরেং মীহিংচি।

পোৎচংদি হৈরুপোপ, চনম, উচান, নুংমাচেঙ চুহিনা ফুংতুনা মথকী লাইশোল অসি শোল্লগা লশিংনা
লুপুনা নাকোংদা শুমচিল্লো। থরোই মনুংগী মহিদা শোন্দুনা হৈজিল্লো ফবনে।

নাগন য়েক্কনবা ফনবা

বাল বাল হৌ।

লাইরা অসি শোল্লগা খোইদৌ য়ৌনা চিংশিল্লু নাগল য়েক্কনবা ফৈ। তৌগদবা মতমদি অয়ুক নুংখিল
নুমিদাংরাইবম।

না য়ৈশিনবগী

নোংমাইজিংগী চাংমাইদা
খুংনিংখৌনা নম্ববু
খুনীং খুমাঙ ফাওরবনে
সিংহরিতু হৌরো গুরু য়াথংনে।

লাইশোল অসিদি ঈশিংদা শোল্লগা খুংনিংখৌদসু শোল্লগা নাকোংদা নিকট, না-য়েশিনবা ফৈ।

নুংশিং অপাইবা লৈবা খঙনবা

ওঁ ফিয়া ওঁ ফিয়া মহাফিয়া
হাই নংগী নমিংদি খৌতুয়ান কৌএ
তেংতাঙ উদে গাও।

লাইশোল অসিদি ঈশিংদা শোম্দুনা মমিত্রা কাপশিল্লু, লৈববাদি খংফেং খংবনে লৈতববাদি তৌদে থুপতে।

নুং তুয়া ব্রানে

ইন্দিগী রাখোঙদা
নুং অমা তাই হাযযে
নুং নংগী নমিংদি
নুংকুপ নুংগাই কৌই
নং-নং পাইও তুমও
লম সুরাইদা সুরাই তুমও
গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি অচা অথক পোংলমশিংদা শোল্লগা পিজ পিথকপিয়ু ফবনে।

নুংশঙ ফনবা

তিল্লিমু তিল্লিসঙ
তিলবুন্নেন তিল্লিখং
খংথোক্কো গুরুগী য়াথংনি।

খুং ওইগী খুংনিংখৌদা থাও তৈবগা লাইশোল অসি শোম্দুনা অমাংথোঙদা থিংজিল্লো অদুগা হিদাক
মনাগী মকে অদু মতুম অমা তাদুনা অমাংথোঙদা থিংজিন্দুনা থমও নুংশঙ ফৈযে।

নুংশিং চাকথাক

হে গুরু তেংবানবা মপু গুরু শিদবা, অদুঙৈ তেংবান শেমঙৈদা তাইবং মীনা নারগা নুংশিং চংলবা কান্দা নহাকী নচিনচাক্তি। লা-লাতোন ১ চেংমুখি ৩ ঙ্কা ১ ঙারম ৭ শারম ৭ লৈরম ৭ হৈরম ৭ লুকমাই ৭ কী কবোক, কৈথেনগী চেকাই, হৈরুক পানা তাক্সা ১ খোইরু থাওমৈ ১ দখিনা মশীং শুনা পিরে থোক্লক্লো লাও। কোক্তা - লুদা নারিবা থোক্লকও

ওঁ নর নর নরিং নরিং কালিকা কালিকা

ওঁ ক্লিং ক্লিং ক্লিং হললো

গুরুগী যাথংনে হল্লো।

দুর্গা নুংশিং নংনা মনিপুর থোক্লরুবদা উখোংশাংদা থুংলৈয়ে। বেংগি পেচি শবাং লৈশাংথেম শাগৈ শলাই ৭ তা পকখি। লেংদবদি দুর্গা ভৈরবীনি কালিকা থবো লৈ নমিং মরিনে যুগ মবিমক্কীনে।

মপান্দা পুথোক্লগা শোনগদবদি হে ভুত প্রেত নংগী নচিঞ্জাক পিরে, হে দুর্গা হমা য়েংবীরনু গুরুগী যাথংনে।

নুংশিং চাবান

হে গুরু তেংবান মপু গুরু শিদবা। অদুঙৈ তেংবান শেমঙৈদা তাইবংগী মীনা নুংশিং চংদুনা নারবদি লাই কোটি ৩৩ না ক্ষীরদা সমুদ্র মপান্দা রা তানৈ। নরানগী চরন্দা হুংলি, হে ভগবান ইবুংঙো নংনা লাই শেশ্বীরে হিংচাবগী শক্তিনা লৈবা ঙমদরে। হিংচাবী শিনবা অনন্তনা খোয়ী ওইদুনা মন্দার পর্বত থাদদুনা সমুদ্র নৈরগে হায়জরে, নরান্না যাবীরে। মদু তাবা ফংবদা লাই কোটি ৩৩ না হিংচাবীদা সমুদ্র নৈসি হায়য়ে। হিংচাবীসু যাদুনা সমুদ্র নৈরে। শাগোল থোক্লে, শামু থোক্লে, শল থোক্লে, পারিজাং থোক্লে, লক্ষ্মী থোরক্লে, কোনা থোক্লে। হু চফু অমৃত থোক্লে, অমৃত চফু হিংচাবীনা কোনত্রে। অদু উববদা নরান্না মুহিনীরুপ পুথোক্লে অদু উরবদা হিংচাবী শুমহৎলে। মতম অদুদা শোরারেন্না চফু মুল্লে। মুহিনি রুপ ওইবিবা ভগবান্না লাইনা নাকল অমা হিংচাবীনা নাকল অমা লেংদুনা অমৃত চফু হুগী চফু পায়দুনা হিংচাবীদা হু য়েল্লে, হিংচাবী শিরে। লাইগী পরেংদা অমৃত য়েল্লে। লাইগী মরক্তা হিংচাবী অমদি অমৃত থুংদুনা থকখরে। অদু উবদা কৃষ্ণনা মুহিনীরুপ থাদোক্তনা চক্রনা অহমথোক্লে ককথৎলে। কৃষ্ণগী চরন্দা হায়জৈ। হে ভগবান ইবুংঙোনা হায়বদুদা ইনজনি। মাদু তারবদা কৃষ্ণনা হে দুর্গা ভৈরবী, কালিকা শনি রাহু কেতু নংগী নচিনচাক্তি ঙ্কা অমনা থাক্লগা যাও পেল্প। অদু তারগা হায়রবদা ননাই য়াগনি হায়না খুমখবে। নুংশিং নংনা মনিপুরদা থোক্লকপদা উখোংশাংদা থুংলৈয়ে। বেংগি পেচি শবাং লৈশাংথেম শাগৈ শলাই তরেংতা পকখি। নংগী নচিনচাক্তি লা লাভোন ১ চেংমুখি ৩ ঙ্কা ১ ঙারম ৭ শারম ৭ হৈরম ৭ লৈরম ৭ দখিনা থাওমৈ শুনা যাওরে। হে দুর্গা ভৈরবী, কালিকা থবো লৈ। চেংবা চেংবী, মোল্লবী মোনশাস্বী, হিরস্বী হিরস্বা, নোংশক্তি কৎছা খোয়ী, মীহিংচা ৭ মক লাইহিংচা ৭ মক নংগী নমিংদি হিংদিনবী কৌয়ে থোরক্লো। অসি চাবদা হল্লো গুরুগী

যাথংনি। হে বৈষ্ণবপী ননাইনা থাবা নত্তে অমাইবা অমাইবীনা থাবনে।

মপান্দা শোনগদবদি - হে ভুট প্রেট নংগী নচিঞ্জাক পিরে। হে দুর্গা হন্না য়েংবিরগনু গুরুগী যাথংনি।

নুপীগী ঈ-থিংবা ফনবা

কোমপী নং থোঙ থিংও

কোমপা নং থোঙ হাংও

লাইশোল অসিদি নুপীগী ঈ-থিংখবদা ঈ-লাক্লবা থরোইপিচুক মতোলনে, কুমপোংপিচাক মনা শুবগা মহি লৌও। চোংখান মচংনে মৈতে থুম মৈদা ইক্লগা হাপুনা লাইশোল অসি শোন্দুনা অয়ুক নুমিদাং পিথকও।

ঈ-যাম্মা চংলবদি :- কোম্বী নং থোঙ হাংও

কোম্বা নং থোঙ থিংও

লাইশোল অসি শোন্দুনা পিথক্লবদি ঈ-যাম্মা চংপা থিংবনে।

নুপীগী ঈমন চংনবা

ওঁ থ্রিং থ্রিং শীংথেকপা

থ্রিং থ্রিং শীংশুবা

থ্রিং থ্রিং শীংথাবা

গুরু নখোই অহুম্বকী

নঙান নশানা পাল্লিবসে থাদোকপিরো।

খৌবমদি থবোইবিজুপ মতোন ৭ তা শোল্লগা থোংদুনা পিজৌও নুপীগী ঈমন চংপনে।

নুপীনা থা লেপখবদা থুগাইনবা

নুংপাই ইকাই মোনুবী

ইকাই শেংকাই শেংকাক কাই

গুরুগী যাথংনি।

খৌবমদি খুভা শোল্লগা নুপীগী হকচাংদা ওই ওইনা লৈথোকউ জিব ওইবা ওমদে খঙও।

নুংশং ফনবা

তিনমুরেল খায়িরেল লাইরেল ইতাওরেল
তাওরোইনাই তিনপুরেং নুংশংলেন।

লাইশোল অসিদি ওইগী খুংনিংখৌদা শোন্দুনা যেৎ ওইননা লৈশিল্লু শৌজথোঙদা, নুংশং ফবনে।

নোইনবগী

মীশা চাওরো থরোই চাওরো
লৈবাক চাওরো নিংখৌ চাওরো
হো চাওরো রো চাওরো
সো চাওরো
মোইরাং শানৌ ব্রানে
গুরুগী য়াথংনে।

ঈনা ময়াঙ কংদুনা শোল্লাবা মীদা ওমু লৈবৌদা লাইশোল অসি শোন্দুনা চাববদি মশা নোযবনে।

নোং চুনবা

আসাইপম ঙাখাখোইগী ব্রানে
হুম্ হুম্ রি-লি নোংতাহৌবা
হুম্ হুম্ বিকফেল কৌয়ে।

পোংলমদি চেং মপুম ২ কোনয়াই পু ২ ককচেং মখুম্দা হাপও, নিংশা অনিবক কামনা লাইশোল অসি
শোলও। ঈশিং চাইও নোংচুবনে।

নোংথাংলৈম ওরুবগী

হে নোংথাংলৈমা ইবেম্মা ! নমু তাইবং মীওইবনা খংদবা উদবদগী মাইয়োক থাফমনরুরেদো। অদুনা
হৌজিক্তি তাইবং মীগী মশাদা তেনবাল্লে অদুগীদমক ইবেম্মগী শবুক তমজবি। অসি লৌদুনা নংসু নংগী
নফমদা হল্লো মীসু মীরমলেন তিল্লসি। হায়রিবসি য়ারেদনকো, যাদা য়ারেকো- য়াবে। অদু ওইরবদি নংগী
চিঞ্জাক লৌরো নংগী নফমদা হল্লো।

পোংচংদি হৈকক তাক্সা ১ পানা তাক্সা ১, ফলা থাউমৈ ১ অসি অনাবগী মাঙদা থারগা ব্রারোল অসি
হায়রগা পুথোকুনা কোছোংরাংমদা থাদোক্লনি।

নোংদোন লৈমা খুরুম্বা

নোংদোন লৈমা হে ইবেম্বা
 নমু তাইবং মীওইবনা খংদবা উদবদগী
 মাইয়োক থাফমনরুরেদো
 অদুনা তাইবং মীগী মশাদা তেনবাল্লে।
 অদুগীদমক ইবেম্বাগী শরুক তমজরি
 অসি লৌদুনা নংসু নংগী নফমদা হল্লে
 মীসু মীরলেন তিল্লসি।
 হায়রিবসি যারেদনাকো,
 যাদা যারেকো। যারে।
 অদুদি-নংগী নচিঞ্জাক লৌরো
 নংগী নফমদা হল্লে।

পোংচং খৌরম লুকমাই ৭ কীবোক, হৈরুক তাঙ্গা ১, পানা তাঙ্গা ১ খোইক থাউমৈ ১ লা লাতোন অমগী
 মথক্তা হাপ্পগা অনাবগী মাওদা থল্লগা মথকী রাই অসি হায়দুনা চাকথা অসি পিরগা অনাবগী মাওদগী পোং
 অদু পুথোজুনা মপানদা থাদোক্লবদি নোংদোন লৈমা থেংনরুবদগী নারবা মী অদু অনাবা কোকই ফৈ।

নোংলৈ নুংশিং ওক্লবগী

হইমু লৈমনা যাইবী লৈমা পোকএ। যাইবী লৈমনা মপা নুংশিং নিংখৌগী ময়ুমদা লাতুনা মপা নুংশিং
 নিংখৌদা হায়। পাহৌ ইপা নুংশিং নিংখৌও। লুৱাং শাতানবনা কালেনগী নুশা চপয়ুংবদা শা তানবা চংখি।
 নুংশিং উতোং অমতা পিবিয়ু হায়জরে; মপানা পিবিদরে মমা হইমু লৈমদা হাজরুরে। মমানা লুখুমগী যাত্রা
 মখোঙদগী নুংশিং উতোং অমা লৌথোকতুনা পিরে। যাইবি লৈমনা লমলোঙ অহম ফাংবদা থাদোক্লে,
 মরাং কাইনা শিংখরে। মরাংকাইবা নুংশিংপু (মিং হায়গনি) মানা ওক্লরুরে, লুৱাং শাতানবদা য়েবা
 নুংশিংতো; লুৱাং শাতানবদা নুংশিং য়েদুনা শামা পাক্সল হাপ্পদো ওক্লরিবা ননাই (মিং) অসিদা পিনবীমু
 নহাকী নচিঞ্জাক পিজরি।

খৌরমদি লাতোন অমগী মথক্তা হৈরম ৭ লৈরম ৭ কীবোক নাচন ৭ দক্ষিণা অমা হাপ্পগা লল্লোঙ অহম
 ফাংবদা মথকী রাই অসি হায়দুনা মায়কৈ ৪ ওন্দুনা হই খোংদুনা নুংশিং কৌ। মানা ওক্লরকপা মায়কৈদগী
 নুংশিং লাক্কনি। লাক্কিবা নুংশিংতুনা ঐগী ইশা শোকতরিঙৈদা খরদং ৪৭লিঙৈদা মথকী রাইহু হায়দুনা
 মথকলোম হনগংতুনা পোংলম অদু পিরবদি অনাবদু কোকই।

অনাবা মওংদি থক্কোমদা নুংশিং চিংখংতুনা মীগী মশাদা তৌনিংবা মওং তৌই।

অনাবসি খঙনবা খুদমদি :- খুবী খুদোনবী অনিগী মরক অহোমবা খুংনমলোমদা লৈবা অদুগী মথক্তা শরু লৈবা অদুদা মিহ্লা হাই-হাইদুনা হুগ্গবদি মশাদা নোংলৈ নুংশিং লৈরে। অদু ওইরবদি থকলোমদা নুংশিং চিংখৎতুনা মীগী মশাদা তৌনিংবা মওং তৌই। করিগুহ্মা পুরুদবা হিদাক শিজিন্নরবদি খুদক্তা অরুবা ফংই। মিহ্ন অসি লৈরবদি মথক্কী মরম অসি তৌগনি।

নবগ্রহ খুরুহ্মা

লৈনুং খরোবনা লাই পোকয়ে
লৈনুং খরোবনা লাই হাংলি
থাংলেন চীনাইবনি থাংলেন পুককথাংনি।

খৌরমদি থাং অমদা শোন্দুনা লাই হাংলি নীংদুনা লৈয়ি তরেং ইয়ো।

খিকুমলেন কিংনাইবা, কুরুমলেন শানাইবা
খিকুমলেন নাইনবা তৌজেং তৌরা পোকপা
হুপলা হারা পোকপা ককই ইচুম তাবাদা
ঈশিং কোনম্বদা য়াহিগ্লা।

পোৎচংদি লাই ৩ শাও, অঙৌবা লাইনা য়েত্তা, অঙাংবনা ময়াদা, অমুবনা ওইদা। য়েকুম অমমম ময়া মনাক্তা থম্মু কোনয়াই পুমা ময়াদা হাপও মমাঙদা ফুহিং অমমম থিল্লু। লাই অঙৌবগী ফুহিংদা চেং অঙৌবা হাপও। অঙাংবগীনা চেং অঙাংবা হাপও। অমুবগীনা চেং অমুবা হাপও। লুরাংতৌ মতোন ৭ হাপও। থরৌই অমমম, লৈশং মতোন অমমম, উশোয় অকংবা অমমম হাপও। লাই মমাঙদা পোৎচঙশিং অদুগা লোইননা তিংথৌ অঙৌবা, হুপ মতোন খরা হাপুনা থমও। হৈরুক পানা অমমম, খোইরু থাউমৈ অমমম থাল্লু। লাই অঙৌবা ফি অঙৌবদা, অঙাংবদা ফি অঙাংবা, অমুবদা অমুবা কুপও। শেল মখাই অমমম রাইখরমও। লম অচিকপদা য়াল্লা পাখংবা মথেক ইরগা ময়াদা লাই হাপইবা লাতোন অদু থম্মু। থাং মতোক পানবদুনা লাইশোল অদু শোল্লগা লৈই ৭ ইথোক ও। অদুগা তৌ মতাং ৭ না লমফাবা অদুনা খায়দোজুনা লোংথোক্লা মনীং মমাঙ মচীন অনিমক য়ুংলগা অনাববু লিঙুনা লাকহল্লু; হল্লা য়েংহনগনু রা-ঙাংহনগনু। মকোক মরু তুল্লা ইরুজদুনা শুম্বল য়াংকোক শোল্লগা য়ুসী উথোকতেন কোন্দুনা গুরুগী য়াথংনি কোকপিয়ু হায়জগনি। অনাবগী মমাঙদা য়েল্লাও চাকলিঙবা ময়াদা কোনয়াই পুমা হাপুনা থয়োম অদু অনাবগী মমাঙদা থারগা লাইশোল শোলগনি।

লাইশোল :- খিঁ খিঁ থোঙ হাংও।

মাসিগী মতুংদা পোংলম চৈরম ঈশিং মপান তানা পুথোক্কনি।

শোনগদবা লাইশোল :-

তুবি য়োইনোংদা নোংদ্রেন নোংদোন পাখংবা।
তুবি য়েক্লাবা লাইরেন য়েকমাঙদবা।
ঈরোন চাইবি ঈরোন চাইবা
খিং খিং থোঙহাংবা থোঙ হাংও।

অসি হায়দুনা খুকাসীনা ঈশিং কাপথোকও অদুগা খ্যোম লাকও।

ঈরোন চাইবি ঈরোন চাইবা খিং খিং থোঙ থিংও।

অসি হায়দুনা খুকাসীনা অহ্নক কাপথোকও, অহ্নক চীন তেংথোকও।



পাখংবা লাইচুবা কোক্লাবা

খুলবী নুংথোঙচাঁং চেংচা লাল্লুমথেলগী
লিল্লি লাইহংচাদি, লৈনুং তাংক্রু শলশেলবনা
তাংক্রু লুৰাংচানা চৈবুল মখুংশুনা
তুবি ময়াঙতেক লিল্লা মকু হোনা চৈবী তেমথেংয়ে।
কুরুবু থরৈ মকুমলমদা কুমখিয়ে
লৈন্সৈ মতারমদা তাথখরো।
মঙাংনে লুৰাংনে খুমলনে গুরু অহ্না
পাখংবা পোকয়ে, পাখংবনা তুবি পোকয়ে।
তুবিনা লাইরেল পোকয়ে, লাইরেলনা শল্লাই তরেং পোকয়ে।
হুপলা হারা পোকয়ে, তৌপি তৌরেল পোকয়ে।
মঙাংগুরু নমিংদি শাংবা তোমবা কৌয়ে।
লুৰাং গুরু নমিংদি লাংবা তোমবা কৌয়ে।
খুমল গুরু নমিংদি লাইখুরেন্দি তোমবা কৌয়ে।

গুরু অহুম্বকনা লাংবুম ওইনা তিন্নথরে।
 গুরু অহুম্বকী মফমদা নংসু তিনথরো
 কংলৈমাইনা ওম্বনে, পোইরৈ মাইনা ওম্বনে।
 নপাবু ইপানা ওম্বনে, নপুবু ইপুনা ওম্বনে।
 নংবুসু এনা ওম্ববনে।
 ঐদি লুরাংগুরুগী থোঙদা থোকখবগে
 নংদি থোকফদে।

লাইশোল অসি হায়দনা লুরাংতোই অমা মযায় খায়দোক্লগা লিংথোক্লকও।

পোংয়াওদি যাম্মা লিল্লাই শাও, হামুক যাইঙং য়েকও। শেল মখায় ৭ নপও খাবায় পুঙনা ৭ য়েংদৌ উতোং
 ৭ হ্পনৌ মতোল ৭ হৈবম ৭ লৈবম ৭ ফৌহাম, ঙাচক খোমমোন, থবোই অহাম্বা, পুকয়ু লৈয়ু অমদি
 লৈশৌপুঙগী লৈপাকনা লিল্লাই শাও। হামুক যাইঙং য়েকও, শেল মখায় ৭ নপও। মযাদা য়েকম ১ কোনয়াই
 পুমা হাপও। কবোক নাচল ৭ কাংশুবী মতুম ৭ অসিনে।

পুক চগ্রিং

ওঁ চক চক্রাবী খুংখুংবি
 নহনফমদা হল্লো নতেফমদা তেবো।

লাইশোলসি পুক চগ্রিংনা নুংঙাইত্রবা কান্দা চনিঙদা শোল্লু। নত্রগা,
 য়ি-তং।

খুবাক্তা শোল্লগা নাল্লু পুক চগ্রিং য়েকপা কোকই।

পুক চক্রিং

পুকনুং চক্রিবনা নুংদা খোং
 চক্রাবনা পান্দা খোং
 অনেতকও নেতকও
 নপশিল্লো পকশিল্লো শৌজিল্লো
 গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি হৈমাং মহিদা শোল্লগা থকপা পুক চক্রিংনা নাবা ফৈ।

চকক্রিবিনা নুংদা থোং
তাংক্রিবিনা পান্দা থোং
অনেতকও নেতকও
থোইপু হোং লিনপু চু
চুশিল্লু গুরুগী যাথংনি।

থৌবমদি নুপীনা মচা পোকপদা মবুক নাদুনা লৈহৌবদি লাইশোল অসি খুত্তা শোল্লগা পুত্তা নাল্লু।

পুক চগ্রিংফনবা

খোকউ নংনা চগ্রিংনে
চগ্রিং নংনা খোকউনে
খৎথবো হাইথবো
গুরুগী যাথংনে।

লাইওং নুপীশিংনা নাওপুদুনা মবুক কংলম্বদগী অঙাংপোকপা মতুংদা নাবা অনাবা মখল অমনি। লাইশোল
অসি অনাবা মফমদা শোল্লবাদি ফৈ।

পুক চগ্রিং ফনবা

হাই ইতা পুক চগ্রিং
নথংলেন চক্রিংনসু
খোংবীদা শিন্নবল্লে।

থৌরমদি খোংবীদা শোন্দুনা নেংখীয়ু ফবনে।

পুক থিনবগী

ফুমলেন সেং ফুমলেন হায়
সায়্যাশেং সায়্যা হায়
তৌরেন সেং তৌরেন হায়
সহং হংস।

থৌরমদি পুকথিনবা মফমদা শোল্লু অদুগা ঈশিংদসু শোন্দুনা পিথকউ পুকথিনবা ফৈ।

পুক থিনবগী

লৈহক্লোন য়াশৌবা
 নোংপুঙলেন তুথবা
 লৈতারেঙ নোংতারেঙ
 পাখংবা নংগী য়াথংনে তুমও।

পুক থিন্দুনা নারবদা লাইশোল অসি অনাবা মফমদা শোল ও। থুম মৈদা ইক্লুনা ঈশিংদা থাদরগা পিথকও ফবনে।

পুকথিনবগী

হকচাংনা শুম্মি
 শোর নংনা শুক্লি
 ইমা লৈমবেন পাহ্লেইবী
 খাংচেং মচি নাইনা
 হৈয়ুম হৈয়ুম নাইনা
 শুথবীয়ু গুরুগী য়াথংনি।

-০-

হৈ কৈরুংবা থোং হাংঙু
 ওসি কৌবা গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অনি অসিগী মনুংদা অমা ঈশিংদা শোল্লগা পিথকউ আদুগা অনাবা মফমদা শোল্লু।

পুকথিনবা অমসুং লাইমল ফনবা

ওঁ ওদা কাপ্লা শাদা কাপ্লা
 ও মনু শা মনু তুমও
 য়াং উং-হো-কক-কক-বো
 কক-কক-শো: কক-কক-শো:
 কক কক ককথরো
 ব্রম্মা শং-শং।

লাইশোল অসি তুলসী মনা ও দা শোল্লগা ঈশিংদা থাদরগা পিথকউ ফবনি অকবনি।

পুক য়েকপা ফনবা

তিন তারা তাথী পুকংমো
নুরা তাথী পুকং থাংনা য়ানবা
তেরো তেরো তানা থিনবা তেরো তেরো
লাইরাথিবা থোকও থোকও।

লাইশোল অসি ঈশিংদা শোন্দুনা পিথক্লবদি পুকয়েকপা, থিবেং ফায়বা, ঈ-ফায়বা ফৈ।

পোক হৌদনবা

ওঁ পোক নংনা হৌরকপদি
কোকী থোপ মনুংদগী হৌরকপনি
নফম থোপ মনুংদা হঞ্জিল্লো
গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি চাকতোকপা লোইরগা খুং হান্ধগী অচোংপা খুত্তা শোন্দুনা কোক্তা নানখংলু পোকহৌবা
ফৈ। মতম কুইনা চহি অমরোম তৌ।

পোং শেস্তা তানবা

অঁ সেং লারিক লিক লিক স্বহা
অঁ তাসিখু অঁ তু তু নাবেঙ তু।

খৌবমদি অঙাং মখেয়নে, য়েংতৌ নানৌনে, হকথিখলবীনে অহুমা চাংতমও অদুগা লাইশোল অসি
তবেংলক শোল্লগা লফোই মনুংদা ফুমও অদুগা যোংহলও তাবনে। নাওফম চিংনবদসু লারাইদা শোল্লো
সলখোঙ ফাংলো তাবনে।

পোংশেস্তনা শিগে তৌরবদা

উংচক ফেলং
তকসুক তকমী
চে স্বাহা।

শিজিমবদি :- থাও অহিংবদা শোন্দুনা মবুক মনমদা হংকংনা তৈও শিদবনে।

হিদাক্তি শিংখা, কেত্ৰু, লৈয়ু খিচিক হাপও চাকচামাঙদা চাহল্লো পোংশেব্বা তাবনে।

পোং শিংনবা

অঁ গুৰু সিথি সোহা

লাইশোল অসি তেংকোংতা ঈশিং হাপুনা তবেংলক শোল্লগা যোন্নবা পোংতা চাইও, যোনবা শিংপনে।

পোংলোইবা মংথোঙ থিংবা

হংস কে কুং

স হং কে কেক।

যৌবমদি মপাল্লোমদগী পোংলোইফমদা লৈয়ি ৭ চিংশিনগনি। লৈয়ি ৭ চিংশিনবদা লাইশোল অসিবু মথং মনাও কাযদনা শোনগনি। লোইবগা অমুক মপাল্লোমদগী লৈয়ি পুন্নপ অদুবু “ছ” হাযদুনা থা মচেৎশানা থাংনা চিংশিনগনি।

মংথোঙথিংবা অমনা :- পোং লোইবগী মৈথিনজৈ অমবু মঙাথোক্কা খাইদোক্কা লৌবগা মচীন তুমগনি অদুগা পোংলোইফম অদুগী মংথোঙ মপা অনিদা অমমম মখুং মপা অনিদা অমমম চৈ অদু যৈশিনগনি। খোইদৌদা অমা যৈগনি, যৈবা কান্দা ক্লী তবেংলক হাযগনি। কবিগুম্বা মং হোংতোক্কাবদি যোৎপিনা তৌগনি।



ফব্বী মীনা হাংখুবদা হিংগৎনবা

ওঁ হিংচাবী হিংচাবা নংগী নমিংদি

খাবা নুংলেনখোম্বা কৌষে

শা মনু ঈশিং মনু মী মনু লাই মনু

মনু শলাই তবেৎমবু তুম্ববনি।

যৌরমদি চফু অমা কাংকু অমা লুপা অমা থাং অশেংবা তুলসী অমুবা মনা ১০৮ অঙৌবা মনা ১০৮ হিদ্দেন ৭ কী ঈশিং ইঙ্গৎনা শোকপা চফু মনুংদা পুন্না হাপ্পগা লাইরা অসি ১০৮ লক শোল্লগা থকউ ফবনি।

ফস্বী ময়েং তাদনবা

হনুবা তেকহৌ লৈ
নুবা নৌহৌ লৈ
সনা য়েনশৌবী শৌগৎলো।

তুন্নমদাইদা লাইশোল অসি শোন্দুনা হকচাং পায়দুনা শামৌ।

তিং তিং লিংখৎলো
য়েল্লাং য়েনা য়েনখৎলো
য়েনশৌ য়েনা ইনখৎলো
গুরুগী যাথংনি।

খৌরমদি তিংখৌ মতোন্দা পকপা লিক্লা অদু খুংনা লৌরগা ওইগী খুত্তা হাপ্পগা শোল্লু অদুগা থকউ। হকচাংদা
নাইহৌ ফস্বী ময়েং তাতে।

ফস্বী হিংকৎনবা

ঈরম তরেং হাংলে
লাইরম তরেং হাংলে
তিল্লি তরেং হাংলে
শারম তরেং হাংলে
লৈমুরেন লৈপুবী
খক চিংখৎলো।

লাইশোল অসিদি খুত্তা শোল্লগা হকচাং মচৈদা নাল্লু।

ওঁ লিক্লা চাও
লিক্লা শং
তনুরেন তনুশং।

ফস্বীগী হানি শিজিন্নবা মওংদি শঙ্কোম অনৌবা চুমদবা নত্রগা লিক্লাদা শোল্লগা থকউ। নত্রগা ভৌপাকতা
লৈনা নৈদুনা শোল্লগা তিল য়োংশিল্লো গুরুগী যাথংনি হায়য়ু।

মাগী পোৎচংদি শীংনাং মতাং ১০৮ মমৈ মকোক ওন্দনা পুমা মনীং মমাঙ শঙ্কোমদা লুপ্পগা শঙ্কোম অদু
নুমিত্তা কৎলগা থকউ মশাদসু তৈমু ফবনে।

লাই চুবা

উনিংথৌ পাখংবা
উনিংথৌ লাইশাবা
উনিংথৌ অরাংবা।

লাইশোল অসি লাইচুবা লাইমন অখিনবা ময়াংকংবা ফবনি।

লাইচুবা কোকুবা

ওঁ ক্লী শ্রী শ্রী শেং কাইয়ু
নফমদা হঞ্জিল্লু গুরুগী যাথংনে।

লাইশোল অসিদি তুলসী মনা ও দা শোল্লগা পিথকউ ফবনি।

লাইচুবা লাইওকুবদা তৌগদবা

কোম : অহম তৌ, কোম অদু মঙাং লুরাং খুমন অহমনি হায়না লৌ। কোম অদু ঈশিং হাপ্পগা উতোং অহমনা কোমদগী ঈশিং লৌদুনা থমউ, কোম অদুদা বিষ্ণু মন্ত্র শোল্লু। লাই মশানা লাই হাংপগী হৌনবী তৌদুনা কোম অদুদা ফুমউ। লুরাংতো অমা মনীং মমাঙ কাযহন্দনা ময়ায়দা লিংলগা লাকউ।

লাইশোন্দি :- নংনা লাক্কে হায়রগা
ঐনা চংলিবা লম্বীদা লাকউ
নত্রবদি যাদে হায়য়ু।

তৌ অদু য়ুংলমউ, নফি নরোল লোইনা ময়াইদা পুথোক্ককউ।

লাইথোকপা অমসুং লাইশক খঙনবা

লাইথোকপগী হারম হায়গে। লাই ছলতোকপা ফনবা হায়গে :- লাইশক উবদা চেংউতোং খাঙিঙ, হামুক য়াইঙঙ তোংলো। শারম ৭ ঙারম ৭ হৈরম ৭ লৈরম ৭ খোইরু থাওমৈ ও হৈরুক তাঙকা ও পানা তাঙকা ও অনাবগী মমাঙদা থাও।

লাইশোন্দি :- হে গুরু তোংপারাচা
নদি লাইগী মাইবনে
ননাইদা লাই অফবা পিবিও।

লাইশোল অসি শোন্দুনা খুক্লুগা লনোং অহম ফাংবদা থাদোকও। থাদোকপগী লাইশোন্দি :-

লাই পাখং লাইনুবা

লাইহিংচা পুন্মজ্ঞা কংচরবনে।

হায়না লাইশোল অসি শোন্দুনা থুকমও।

মবিনি শুবদা হক্কী ঈশিং মী তরেংকী লৌও। গুনমোরোকসি ৪ থুম ফি কংনা নপও, হুমাং ঙালও। ৫ নি খুবাইগী তু ১ নাকোং ২ মক্কী নপথি; খোয়গী তু ১ চুঙৌ মহিদা হাপও। ৫ নিগী হিবেপ, ৬ নিগী সিংখা, কাংহ্, তেখাও য়াইখু, উশিংশা, কেগে মালবী অসি পুন্মজ্ঞা তিলও। মিহলদা উচাল মচীন তুমদনা থিলও। হিদাক অদু নপও। মপালদা হক্কী ঈশিং ফকফাই, চরাই শাবী, গুনমোরোকসি, সিংখা, চম্প্রা মহি, কেগে মালবী, থুম থাও অসি পুন্মজ্ঞা তিস্দনা শিংও। ৭ নি ৮ নি লাই ফানবা হক্কী ঈশিং, সিংখা, লফেইগী থাও, ঙামুমালা মারা ফকফাই, গুনমোরোকসি, ঈশিং লাংথ্রৈ, চেঙ কবোককি য়াম, থুম থাও, চম্প্রা মহি অসি পুন্মজ্ঞা তিলও তৈও। হিদাক অদুনা ৯ নি ১০ নিসু লাইকং ফনবা তৈও। ঈশিংদা শোলও পিথকও।

লাইকংফনবা লাইশোন্দি:-

লালইবেল কংশিবী কংশিবা

নমাগী মমিংদি কংনাশিবী কৌযে। কংও।

লৈনুং খোংচিবনা লাই শল্লাই তবেংপোকয়ে

লাইবেল পবোমথোক নানৈবনা

মী শল্লাই তবেংপোকয়ে

তৌবেল তেক তৌবেল খাক কৌযে

খাকনা তেকও কংনা শিও।

লাইশক খঙনবা মিহল মবোল হাযগে:- খুমন্না হুলবা লাইহলদি লাইবক্কা নিঙখোংকা অনিমদা হুলয়ে। যুমখাইবা লাইনে। সারাং লৈশাংথেমনা হনবদি সুমকা পিসুমকা অনিমদা হুলয়ে। কারোঙ লাইনে। খাবা ঙালবনা হনবদি খোঙ ওইগী খুশিংখাকা য়েংকী খোঙ খুচেং অনিমদা হুলয়ে। হৈকোই লাইনে। লুরাংনা হনবদি ওইগী কপ্লাকা য়েংকী খুনিঙকা অনিমদা হুলয়ে। পানখোক য়িহরাইনে।

অঙোমনা হুলবদি খোয়দা হনয়ে। হৈয়েন লাইনে মুবনে।

নিংখৌচানা হুলবদি খাচাই অনিমনে। হৈয়েন লাই অঙৌবনে। মোইরাংনা হুলবদি পিশুম অনিমনে। মোথ্রবী লাইনে।

লাই থকনবা হিদাক:- শাওম মশিংখা, লুপা হিদাক কবোক, লাই মশিংখা, তুমিং মশিংখা, চুঙৌ মহিদা হাপও পিথকও। লাই ফকবদি উচাল মচি তুমদুনা থিলও। কেগে মালবি, কবোক, চামেল অহুমসি তোৎনদুনা তৈও লাই ফবনে।

লাই তিন থেংনরুবগী নারবদা

মঙাং গুরু পুন্নিবা চহি চাতরেং পুন্নিবা
 শুরোন তরেং তানফংবা
 তুবি য়েকশোইদবা লাইরেন য়েকমাঙদবা
 তুবি চীরেন পাংমনা লুপাগী পঞ্জন হুকপা
 নতু তুরক খুদিংদা লুপানা কোঙ্গোন থিনবা
 নয়া য়ারক খোংজি খুদিংদা সনানা হাজংয়েবা
 পায়মা নংগী ননিংশানা মৈরি অরাবগুম্বা
 তুবি চীনা রাংবা লাইরেন মৈনা পুংবা
 নরুম্বী খোইমোম লাইরেম্মা লাইম্মাকা রুম্বা
 ইবুংঙো নংনা চাংঙু নথিকহৌ, খোয়ম নঙাওহৌরকপদা
 ননাইগা লমরোক থাফংনকদুনা চৈবি তেমথেংলে
 ইবুংঙো নংগী নচিঞ্জাক্তি হৈরম তরেং লৈবম তরেং
 খোয়ম লাংশংয়োমলে অঙাংবা চাংলাই শারে
 কবোক নাচল তরেং য়েংদৌ উতোং তরেংতা
 পুকয়ু রাইয়ু হাপ্পে
 ঙানু অঙৌবনা নমু তাইবংমীগী মল্ৎশিন্দুনা নচিঞ্জাক নফমফম পিবে
 শমু খুংনা লৌবিয়ু চেংলৌ মিংনা য়েংবীয়ু
 ননাইগী ফত্তবা পুম্বা হাওরৈ খাদা হোইথরো
 অফবা নুংঙাইবা পিনবিয়ু
 নাহাম্নোংদা চাংঙু নরম্বা খোয়ম নমাইবনা
 ইবুংঙো নংগী নতিক নঙান থাবদি
 মঙাংগুরু পুন্নিবা চহি চাতরেং পুন্নিবা শুরোন তরেং তানফংবা
 গুরুনা তুবিগুম্বা নয়াংথেক লিলাগুম্বা নকু হোদুনা
 গুরুগী চরৈ লৈপুন্নি শেংথ খাইথবিরম্বগা
 তুবি তিল্লক্তা তিনখি লাইরেল লাইরক্তা তিনখি
 নমু তাইবং মীনা গুরুগী চরৈ লৈপুন্নি ফংহৌদুনা
 নমু তাইবং মীগী মীরক্তা তিলহৌই
 নতেফমদা তেরো নহলফমদা হল্লো
 গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি :- খ্যোম লারোন ৯ পায় ৯ না পুনবা অমা। লারোন ৭ পায় ৭ না পুনবা অমা। চাংলাই শারে হৈগেই শারে। লাই লুৱাংগী অঙাংবা। লুৱাংনা অঙৌবা তমলাই শারে। খুম্না অমুবা মচুনি। লাইরেন গাখংবগীনা অঙাংবা অমুবা য়েকপা। মঙাং লুৱাং খুম্ন লাই অহুমসিনা পুবা মতমদি। অয়ুকী মতমনা মঙাংগুরু, নুংখিলগী মতমনা লুৱাং গুরু, নুমিং হাইখরকপা নুমিদাংরাইরমনা খুম্ন গুরুনি। লাই তিন লাইরেমচিংবা হায়রিবা মতম মতম অদুগী থেংনরুবা মতুংইমা লাইগী লাইশকসু লেঙ্গী। লুৱাং থেংনরুবাগী ওইরগা লাইশোল অসি লুৱাংগুরু পুজিবা চহি ৫০০ পুজিবা, শুরোন ৫ তানফংবা হায়গনি। খুম্ন থেংনরুবাদি খুম্ন গুরু পুজিবা, চাহি ৩০০ পুজিবা শুরোন ৩ তানফংবা হায়গনি। চেংশুদুনা য়াম লৌরগা লাই শাগনি। লাইশক অদুগী মতুংইমা মচু শংগনি। লাই তিন থেংনরুবাগী নারবদা মাইবনা অনাবগী মমাঙদা য়াংকোক্তা পোংলম চৈরমসি সূনা হাপ্পগা লাইশোল অসি শোনবীরগা পোংলম চৈরমশিং অদু ঈশিংদা খাদকগনি।

লাই তিন ওক্কদনবা

লোয়নবা মাঙ থাবীও

ঐ তুং ইনজগে।

খৌরমদি হকচাং মতোন্দা খুংনিংখৌনা শোল্লগা লাইবক্তা নমউ হিরম খুদিংদা য়াইফবা ওই।

লাই তিন উনদনবা

হা মিং অনি চকময়ুংনা কোনখাবা

লাইবেল অঙৌবনা পস্থিংবা

মীনা লমথৈ ইথৈ চংলবদা পাংখি কোলখি চংলবদা তিল লাই উনদনবা রাইহে অসি য়েংকী খুবী মরুদা হায়দনা ওইগী মিত্তা নাঙ্লো। ওইগী খুংগী মরুদা হায়দনা য়েংকী মিত্তা নাঙ্লো। চংলিবা মাইকৈ অদুদা কামথোক্তুনা চংলো লাই উনফরোই খঙও।

লাই থাজিনবা চঙদনবা

পুরি পুরাবা নমিংদি ইশমচাইবা কৌয়ে

হক হক চংলো গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি চেংদা শোল্লগা চাইথোকও, লাই থাজিনবা চঙদে খঙও।

লাইনা মী ফাবা অমদি পুখিবা

লানশোম্বীগী সুমাঙদা
মোমনুনা বারে পোথাবা
নুৱা স্বাংচেং মোনখাংনা
লমথাং ফীৱক্ক খুমদুনা
হল্লকও হো তোম্বা।

খৌৱমদি:- কনাগুম্বা মী অমা লাইনা ফাদুনা পুখিবা থোৱুৱদি লাইশোল অসিগী লোইৱকপা খুদিংদা মী অদুগী মমিং হায়দুনা কৌগনি। য়াৱা তোয়না লাইশোল অসি লাওদুনা কৌবা মতমদা মী অদু থাদোক্কক্কনি। মৈতৈ লৈবাক্তা মমাংঙৈদগী থাজনরকপা মওং খবা লৈ মদুদি:- কাচল লাইনা মী পুবা, হেল্লোইনা পুবা অসিনচিংবা। লাইনা পুবা অয়াম্বনা অশোংবা লোক তায কাচন অমম্বনচিংবদা লৈগল্লি। মসিবু লাইনা ফাবা পুৱনি হায়না থাজনবকই। মোইবুং খোংদুনা পুংশেল য়েবদি লাইনা থাদোক্ককই হায়বগী থাজনবী লৈ।

লাই মাপনগী লাংলোন

হৌজিক্তি লাই মাপনমনা শুবা লাংলোন মাপনমবু ইজবক্কে।

মিং যেত্তা থাকপা লাংদি নুমিংনে। মমিং হঙ-সো কৌয়ে।
মমিং ফিংনা ফাইনা নাৱবদি নুমিংকী লাংদা থুবে।

ঈৱাংতি :- য়েকম ৩ কবোক নাচন ৭ খুংনা খনও, কবোৱকী মথক্তা লাতোন অমা থাও। চেং হামুক যাইঙং তোংপনা কোয়না চাইও। থাওমৈ ১ শেল ২ চিংখৈ পাংববমদা থাও ফবনে।

মিং ওইদা থাকপা লাংদি থানে। মমিং সনা সংমুবোঙ তানৌবা কৌয়ে। চুবা নাপ্পা কংনা ফিংনা ফাইনা নাৱবদি থাগী লাংদা থুবে।

ঈৱাংতি :- হৈৱম ৭ লৈৱম ৭ খাৱায় ১ দা হাপও, থাওমৈ ১ হৈক্ক পানা নোংচুপলমদা থাওফবনে।

নাকোঙ য়েত্তা থাকপা লাংদি নোংশিংনে। মমিং উসহিং কৌয়ে। লাইনাদি তুচুং মালচুংনা ৱাইনিঙ লাকনিঙনা নায়ে।

ঈৱাংতি :- চুম ১ শাও, অখুম অহাও লাংখৈ মতোন ৩ কোনয়াই পুমা থাওমৈ ১ হৈক্ক পানা যাওনা সনথোঙদা লাংও ফবনে।

নাকোঙ ওইদা থাকপা লাংদি নোংখোনে। মমিংদি কুহিং কৌয়ে। লাইনাদি হকশাং খুইথা হামথানা থরাইমি অশুস্বকুমনা নায়ে।

ঈরাংতি :- ফৌ মরম ৭ কী চেঙ ৭ রক হল্লা চোইও। খুংনা খোকপা চেঙ মরম ৭, চেঙ অয়াস্বদি লাতোন্দা হাপও। খুংনা খোকপা মরম ৭ তি মথক্তা হাপও। য়েকম ১ খিলও শেল ২ হাপও অরাংলমদা থাও ফবনে। নাতোন য়েৎতা থাকপদি লৈপাকনে। মমিংদি লৈহিংনপ তানপ হিং কৌয়ে।

লাইনাদি :- হকশাং লুমনা থানা লেঙঙম ওংঙমদনা নায়ে।

ঈরাংতি :- লৈঙোইনা চফু ১ শাও, মথক্তা যাম চাইও, য়েকম ১ খিলও, কোনয়াই পুমা হাপও, লৈ মপোপ ১ থেংও। নোংপোকলমদা থাও ফবনে।

নাতোন ওইদা থাকপা লাংদি ঈশিংনে। মমিংদি ইপুলেল ত্রঙ হাইকংপা কৌয়ে।

লাইনাদি :- উইনিঙ লাকনিঙনা মিৎয়েং ইমম মল্লা নায়ে।

ঈরাংতি :- কবোক নাচন ৭ য়েকম ১ কোনয়াই পুমা, চেঙ হামুক য়াইঙঙ তোংলো। কোইনা চাইও, লাতুং কারল্লা ঈশিংদা থাও ফবনে।

যাদা থাকপা লাংদি মৈনে। মমিংদি ঝাঁ ঝাঁ ব্রুঙ কৌয়ে। লাইনাদি মৈ চাকপকুম শানা নায়ে।

ঈরাংতি :- য়াকাপি ১ শাও, চেঙ য়েকম কোনয়াই পুমা থাওমৈ ১ হৈরুক পানা অনাবগী মমাঙদা তৌও ফবনে।

ঈশিংগী থোঙদা থাকপা লাংদি রখিনে। মমিংদি পিখোং চিরংকায় খক তাওখংপা কৌয়ে।

লাইনাদি :- ঈশিং অচেনবদা যুংবা শীংনাংকুমনা নায়ে।

ঈরাংতি :- ঈশিং ঈরোঙদা খয়োম লাকও চাপাল থাও। চেঙ হামুক য়াইঙঙ তোংপদি লাতোন কারল্লা ঈশিংদা ইনথোকলম ও ফবনে।

পেংগী থোঙদা থাকপা লাংদি মুত্রানে। পেং তাখংনা নায়ে।

ঈরাংতি :- চেঙ, য়েকম, পানা ক্লা লৈশং কোনয়াই অনাবগী মমাঙদা থাও।

লাইমিংদি :- ওকপি শানোয় লিশং চাবা হায়না কৌথোকতনা শোলও। শলথোঙ লমদা থাও ফবনে।

থোঙ মাপলমগী লাং মাপলমাসি লুনা তৌও।

লাইমন লৈবগী

ইন্দ্রি গৰ্ড মনুংদা ঈরম তরেং লৈ
 ঈরম তরেং অদুগী মনুংদা
 জতিরমোই কৌবা ঈশ্বর অমা লৈ
 ঈশ্বর অদুগী মনুংদা সনাগী যুসী অমা লৈ
 যুসী অদুগী মতোন্দা সনাগী শোজৈনা লোল্লিবা
 সো:হং-গে:গে: সনাগী শোজৈনা হাংলবনে
 গুরুগী যাথংনে।

মসিগী চন্নফমদি ইন্দ্রি মনুংদা লাইমন লৈবা থোঙ হাংবা পুম্মক যাবনি। থিংগে হায়রগা “সনাগী শোজৈনা
 লোল্লবনি গে: গে: হং সো” হায়রগা থিংবনি।

লাইফম তিনফম উনবা

লৈনুং খোংচিকপা লাইরেন কোনফু নাইমবা
 নংনা লৈথক লৈখাদা লৈরিবনি
 নংগী নশক উহল্লু।

লাইশোল অসি শোন্দনা নোছুরগা করাংদা য়েংউ, লাইফম তিনফম উগনি।

লাইফম ময়াই চম্বা

তুমু মৈশাংবী তুমু মৈপুংবী
 লৈনুং খোংজি অরাংবা কৌই
 নুপীনি খঙদে নিপানি খঙদে
 থিংলবনি গুরুগী যাথংনে।

ধৌরমদি ইংখোল লাইরম লাইফম অমসুং ইংখোল তোঙাল তোঙাল লৈরম্বদগী তাইসম্বদা তৌগনি।
 মদুদি লুকমায় ৭ কী কবোক অদু চফু অহনবা ১ দা হাপ্পগা ব্রাহ্মসি হায়দুনা লম অদুদা খুদুপ ১ লুনা তৌরগা
 ফুন্সবদি ইংখোল অদুগী মহি ময়াই চমই কোকই। (অকনবা অক্কা ওইরবদি অতৌবা মী শোন্ধনি অসিনা
 তৌক্কা)

লাইরেন অপোকপা খুরুয়া

হে গুরু। ফুংগা লোংজুম অহম্মকী ময়াইদা
 মৈবী সলাং মথক্তা সনাগী ফম্বালাংদা ফমফমলিবা
 চাংঙু মপাপোকপা খোইয়ম মপুপোকপা লাইনিংখৌও
 নরুম্বী খোইমোম লাইরেন্মদি কেগে তৎতবী অরংই কংদবী
 ইমোইনু অহোংবী ইমোইনু অচংবীবু লুম্ববা লাইনিংখৌ
 চাংঙু মপাপোকপা খোইয়ম মপুপোকপা
 পোক্লেন পোকপা শাংলেন শাংপা
 পলেম মমা ইরাই লৈমনা পোকপী শারেং শমশাংবীচানা
 শারেন শাবু ওইদুনা কংপিক কংজাও পোকপীদগী
 ওমু মৈরাংবীনা শাবেন শাবাং ওইদুনা কংচরি।
 হরাও তয়াম্মা লৌবীয়ু হে গুরু।

খৌরম পোংচঙ চৈচঙদি শারেং ১ ওমু অচংবা ৭ ঙাহৌ ৪ ঙাতেন ৩ হৈরুক ৩ পানা তাম্মা ৩ থাউমৈ ৩ দক্ষিণা ৩ য়াওগনি।

খৌনিদি :- ইমুংদা ফত্তবা জিব লিন্নাচিংবা চংবদা খুক্মগনি। মতমদি ঙায়ুক নুমিদাংরাইরমদা খুক্মগনি।
 যেনশাং নাপী ঙা-চাক পুম্মক ইমুংদা থোংদুনা চাগনি।

লাইরেল লাইচুদনবা

লাই নং শলাই তরেংকী মনুংদগী করম্মা লাইনো। মঙাংলা লুৱাংলা খুম্ননলা নখোই শলাই তরেং অসিদি
 হান্না উনবনা লাইচুই হয়য়ে। মরম অদুনা নংনা নমাগী গৰ্ভদগী মরুম ওইনা পোৱল্লুগা মরুমদগী অমুক
 কায়দুনা নংনা মপান থোরকপদা ইহান হান্না উনবদি নুমিংনি। অদুনা হান্না উনবা নুমিংকা নংগা অদুম
 লাইচুনজরো। ঐদি কোল্লা উনবনি ইবানিদি করিসু তৌনফম থোকতরে।

লাইশোল অসি লাইরেল উনবা মতমদা লাইরেলদা হয়রবদি লাইচুদরে।

লাইরেল অশিবা অমদি মরু থেংনবা

লাইরেল অশিবা নত্রগা অশিবা মরু থেংনরবদি ফিনুংগী শম অমা লৌরগা মথক্তা থাদগনি। অদুগা ব্রাহ্ম
 অসি হয়গনি :-

নং ওসি হায়বা নুমিং অসিদা
 ঐনা নংবু অমুকহমা পোকলবনি
 মরম অসিনা-
 নহাক অসি ঐগী ইচা ওইবেদো
 ঐনা নংগী নপানিদো
 নপা হায়বা অসিদি গুরুনি
 মরম অসিনা-
 গুরু নপাদা ফন্তবা হৌদিবা তৌবা হৌনদে
 তৌহৈদে তৌবা য়াদে
 নহাক্সা কুমগী নোং লাকপকান্দা
 হান্নগী মতৌগুম্মা নথরাই পান্দুনা চংলু
 মী পোং লৈতবা মফমদা লৈয়ু।

লাইশোল অসি হায়দুনা খৌরম পাঙথোক্‌বদি লাইচু তিনচুবা লৈতে। লাইবেলসু অমুক হিংদুনা লাই মবক্তা তিনখি।

লাইরেল ওকুদনবা

হাই- লাই খরোবা, নচা য়ান্না পোকপবু
 নমৌ কাতিনা চপ্তুনা শিয়ে
 নংসু ঐগী কাতিনা চপ্তুনা শিয়ু
 তৌবেন তেক তৌবেন তেক
 খায়শো খায়শো শি-ফু-শিও-কংও।

লাইশোল অসি হায়দুনা ঐনা চংকদৌবিবা লমদুমথৈ কামদুনা রাখন্না যৌহনথ্রাবদি লাইবেলগী কাঙলুপ লোংখি।

লাইরেল লমশি ওকুবগী

লৈনুং খোংচিরোঙ লাইরেল পরোমথোক
 লাইরেল কংশিবা নোংখৌনা কুকংখোংবদা
 তুবি নয়্যাঙ তিংশন্না শমলরো
 লীরিতিং পুংমায়তিং হস্থরো
 হঙ-স হঙ-স, স-হঙ-স।

পোংচংদি পাংখংবা লাইচুবা কোকুবগা অমহানে।

লাইরেল থেংনদনবা অমসুং লাইচুদনবা

হে খৌরাই মঙামক
মিগা লোয়নবগা তরেংমক
ঙসি কৌবা গুরু ঙসি শিজরোই
ইঙ্গলা পিঙ্গলা অহ্ময়ু
ননাইগী খোইদৌদা লেঙদনা লৈবীয়ু।

খৌরমদি অমুক য়াহৌরকপদা ফমুংদা লৈরিঙৈদা অহ্মক নাস্থবীবা অবমুতা চংলোই লাইরেন থেংনরোই
থেংনরবসু লাইচুরোই।

লাইরা হৌদোকনবা

ওঁ স্না মুক্তানা মনি পরেংবু পোকএ
স্না থকচানৈ মনি খাংচেৎনৈ কোনকোন য়াহিপ্নৈ
ইনুং ইলিংদা লৈমরে কোঙ্গোইনা নাওয়োট্রৈ
শানৌ য়াহৌরো শো হৌরো শিংহিংঙো
গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসিদি শোনগদৌরিবা লাইরা খুদিংগী মমাঙদা লাইশোল অসি হান্না শোল্লবদি মখৌ হান্নি।

লাইশাং লাইচুবী

কংখি শিখি ঈলিশিয়ো লাইরেন শিয়ো
কৈ মমাইতিন চাক ও গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসিদি মৈতৈ য়াইঙং মহিনে শুনুনে নৈখাইদুনা মৈদা শৌহল্লু পিথকউ লাইশাং লাইচুবীগীনি।

লাইহংলোন

নবুথৌ শলাই তরেংকী মমিংদি তৌরেন তেক তৌরেনখাক মুখাক হায়না কৌই।
নবেনথৌ শলাই তরেংকী মমিংদি চিবুংবী হায়না কৌই।
নবুথৌ নুংজেং পাখংবা য়েংদুনা লুপখরো গুরুগী য়াথংনে।

খৌরমদি হকচাংদা ফুরি ফুরাংনচিংবা তৌদুনা লাইচুরবা মীদা হুপ মতেন ৭ কৌনা ৭ তৌমতোল ৭ তা
লাইশোল অসি শোল্লগা নানথৌ ফবনে।

লাইরেন পোরোম হাইনৈবনা লোইবু লোইবীরোক লোই
 লোইবু লোইবিরোকা নোংদা পোকই, নোংদানা ভুবী পোকই
 ভুবীনা পাখংবা পোকই। ককময়াই ককমাশিরো গুরুগী যাথংনি।

লাইহংলোন অসি তুলসি মনা ৭ তা শোল্লগা খরা পিথকউ, খরানা লৌরাইদগী হৌনা খাংফাওবা নাছুবদি
 লাইচুবা ফৈ।

খায়িরেন শিরো তিল্লিরেনসু শিরো
 তাওরোইনাইসু শিরো
 তিন অশিবনা লাইরেন কংশিবা পোকই
 লাইরেন কংশিবু গুরু শিদবনা পোকয়ে
 তিন নংগী নমিংদি তিল্লিকোক তিল্লিকং কৌয়ে।

শিজিন্নফমদি অপোম অতংনচিংবা শোনবা ফৈ।

লাইহংলোন

ইদাইরেম্মা তাওরোইনাই পোকই
 তাওরোইনাইনা পাখংবা পোকই
 পাখংবনা ভুবী পোকই
 ভুবিনা লাইরেন পোকই
 লাইরেম্মা উল্লুপোলা পোকই
 উল্লুপোলানা হংকোক পোকই
 হংকোকা থৈরোই পোকই
 থৈরোইনা লিনগী শাংগে কুনতরেং পোকই
 তাওরোইনাইতেক তাওরোইনাইখাক
 নোংয়াই চিন্নাইবনা হায়রকই
 হল্লো কংউ তুমউ
 গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি অপোম অতঙদা শোনবা ফৈ।

লাইহৎলোন

হাই তিল্লিলেন ও শিও
খায়িলেন ও শিও
নুংজ়েং লাইরেন পাখংবা
ওঁ ফুশোন্দি শেনথরো
মিচিনয়াংতিন লাইরেন কাং
হ-র-স, হ-র-সি তুমও তুমও
কংও-কংও গুরুগী যাথংনি।

শিজিন্নফমদি লাইশোল অসি লাইতিন ওক্লবা ফুরি ফুনাই থুংবদা মঙা তরুকলক শোল্লো ফবনে।

লাইহৎলোন

গুরুনা হয়িং পোকই হয়িংনা খিক পোকই
খিকনা খোংবাল্লাই তিনখাক পোকই
খোংবাল্লাই তিনখাক্লা তিল্লোন পীনাইদবী পোকই
তিল্লোন পীনাইদবীনা লাইরেল পীনাইদবী তরেং পোকই
লাইরেল পীনাইদবী তরেংকী নমিংদি
লৈপুং শৌপুংলাই, ঈরিক কোঙ্গোল লাই কোই
ইবাংলাই ছপলা হারাল্লাই চিকচিবি কোই।
হো-কংও-বোকংও সো কংও
ক্লি ক্লি কংও কংও
গুরুগী যাথংনি।

লাইশোল অসি অপাংপা অপোন্না পুম্মমঙা শোলবা য়াই।

লাইহৎলোন

তিল্লিরেন শিয়ু লাইয়িরেন শিয়ু
ইতাওরেন শিয়ু তাওরোইনাই শিয়ু
পীনাইদবী তরেংমক শিয়ু
ছপচিলেন শিয়ু লমচিলেন শিও
হো: হাই হো: সি ও:
মিহিংয়ে লাইশিরে
লাইশিরে মিহিংয়ে

লাইহংলোন

ইতাওরেন তাওরোইনাই পাখংবা
 শুকোক কোক্লেন কোক
 মীহিংলে লাইশিরে
 লাইশিরে মীহিংলে।

লাইহংলোন লাইশোল অনিসি লাইকোই, লাইচাক না নাবা মফমশিংদা শোল্লবাদি অনাবা ফৈ লাইচুবসু
 ফৈয়ে।

লাইহংলোন

লৈনুং খোংজিবা লাইরেন কংথোক কংশিনবা
 নখোই শলাই তরেংকী নমিংদি হো হং হায়না কোই।
 কংও শিও তুমও গুরুগী যাথংনি।

পোংচংদি হৈরম ৭ লৈরম ৭ কবোক নাচল ৭ থরোই অহান্না ৭ য়েকম অহান্না ৭ ঙাচক খোমোন ৭। ফুবি
 অপাং অনোস্বদা লাইশোল অসি শোল্লগা লমহাংদা থাকতোক্লনি।

লাইহংলোন অশুবা

তিল্লিরেন শিও, খায়িরেন শিয়ু
 তাওরোইনাই শিয়ু, ইতাওরেন শিও
 লিনতাওরেন শিও, হুপচিংপি শিও
 হুপতোংবা শিও।
 হাই শলাই তরেংমক নখোইগী নপাগী মমিংদি
 থিংকুপ মৈরোস্বা কোয়ে।
 মমাগী মমিংদি চিংফৈ স্নাবী কোয়ে।
 শিও-কংও-হল্লো গুরুগী যাথংনে।

পোংচংদি মৈতৈ ঙুম মতুপ তরেংখোল্লা কল্পগা চন্দ্রমুখি অচৌবা মনাগা থুম মোরোক মরোই থাকুনা থোংলগা
 লাইশোল অসি শোন্দুনা পিজৌ লাইচুবা ফবনি।

লাইহংলোন অশুপ্লা

হাই তিনখুন তরেং লাইখুন তরেং
 তিল্লি তরেং লাইরি তরেং
 লাইরেল পীনাইদবী তরেং
 থাকলিক কুমশি শানৌ মোই মোই
 কুহোং শোংনৌ হো শিয়ো, হো কংও
 শিও পুমও কংও
 তিনবু শিয়ু, লাইবু শিয়ু
 নারা তুম্মু কংবগুম কংও
 গুৰুগী যাথংনে।

লাইচুবা মীদা তুলসি মনা ৮ দা শোল্লাগা ঈশিংদা থাদবগা পিথকউ ফবনি।

লাইহংলোন ফুগাম য়েংনবা

হাই গুৰু !
 নকোল্লা মাঙই হায়দুনা তাওথিংমাঙ কৌই
 নযাই থিগাংনা তাওই হায়দুনা তাওরোইনাই কৌই
 নমৈনা মোংই হায়দুনা যোইমোংবা কৌই
 নকোল্লা মাঙবসু মাঙফবোই
 নযাই থিগাংনা তাওবসুং তাওফরোই
 নমৈনা মোংবসুং মোংফবোই
 লৈনুং খোবো গুৰুগী যাথংনে।

পোৎচংদি লাল্লুকোক মনা ৭ বাম তুলসি মনা ৭ তুলসি অমুবা মনা ৭ উইল মনা ৭ অসি নুংশা শোব
 হোন্দনা হেৰুগা মনা খুদিংদা লাইশোল অসি শোল্লা। লাল্লুকোক মনা ৭ অসিদি লাইশোল অমা তোপ্লা
 শোনগনি। মদুদি :-

লাল্লুকোক নহাক অসি
 তাইবংমীনা লাইদা লমলাল্লাগা
 নংনা কোরুসি হায়নথি হায়বদু
 গুসি মৈথে কোরুরসি।

লাইশোল অসি শোল্লাগা ঈশিংদা মনা ময়াম অসি নৈখাইরগা পিথকউ, খরা মশাদা তৈমু। উহ্না মথকথংবা
 লাইশোল অসি মনীং মমাঙ ওন্না ৭ লক শোল্লাগা শায়হল্লাগা মহি য়োংহল্লু।

লাইয়োকপা

স-র-হ

মুক্তাবলী লাইশং মনুংদা হঞ্জিল্লো

গুরুগী যাথংনি।

লাইরা অসিদি অহানবদা মিৎ নাস্ম নাস্মাদা শোল্লু মথংদা থবাজা শোল্লু অদুদগী অমুক লরাইদা শোল্লু ফৈ।
লাইওংদি মিৎ থক্লা ফৈনা নাগনি।

লাইয়োম খুরুম্বা

নোংপোক গুরু শিদবা খুবেং খুবাইপোকপা, শলথৌ পাইবং পোকপা, য়োংমু য়োংশেল পোকপা, নমু পোংশেশ্বা, তরেং নমথৌচিং, মাকলং থল্লাপোক, নিংথি ইয়চাওবু ওস্মোন নাটেনবা লাইনিংথৌগী সরোই য়াকংলোই। থাংজিং মার্জিং, লৈশেন খুনেংনবা, নোংশেন খুদানবা, য়োংকী খুরুমতোংবা, শেলগী চৈশুশুবা, পানবা কৈনা তোংবা, লাইনিংথৌগী সরোই য়াকংলোই। অরাং কৌক্র অশুপ্লা, লৈমনাই খুন্দা অহানবা, চরিক মপান থাবা, নোংথ্র মউ লিংবা, হুপ্লা মপান থাবা, হার মউ শেশ্বা, লাইনিংথৌগী সরোই য়াকংলোই। রাংব্রেন খানা চাউবা, খোইমোম ইথৈবা, হংজৈ নৌঙাকশুবা, অনাল নালফৌ চনু, হৈখা লমকাং চনু, মার্বুং খুল্লেন চনু, তাল্লোই তুশা ৯ লোনবা লাইনিংথৌগী সরোই য়াকংলোই। লাইফমথৌ ৯ লাইনুৱা ৭ উমংলাই ৩৬১ মক্লা রাইরা লমথোক্লকপা কোংবা লময়েংলকপদা। চিংঙু নথিকহৌ খোইয়ুম নঙাও হৌরকপদা, ননাইগা লমওক থাফংনরে। চৈবি তেমথেংলে হায়দুনা ননাইনা ইবুংঙো ইবেস্ম নংগী নচিনচাক্তি হৈরম ৭ লৈরম ৭ কবোক নাচন ৭ হৈরক পানা তাক্সা, য়েংদৌ উতোং ৭ তা পুকয়ু রাইয়ু হাপলে। ননাইনা কংচরিবা অসি শমু খুংনা লৌবিয়ু। চেংলৌ মিৎয়েংবীয়ু। অসি চাদুনা হল্লো গুরুগী যাথংনি।

লাইয়োম থেংনবগী

ককলাওবী ককয়া-লাওবী

ফিং-লাওবী ফিংয়া-লাওবী

লীসি লাস্থাবা নুংলেন শাথৌবা

শারোই য়াকংলোই হুম্ফুমাথোইমা

হে গুরু, হে খমসিঙসুরিবা

হো খমসিঙ থারিবা

লৈরক খুদিং হোইরৌ শক্লিবা

খোংবাল খুদিং হায়া লাওরিবা

হে-গুরু।

খৌরমদি খারায় পুঙনা ৭ কবোক নাচল ৭ হৈরম ৭ লৈরম ৭ য়েংতৌ উতোং ৭ পুকমু লৈয়ু হৈকন লাকন
পুংফাই খুদোপ ৭ অসিগা লোয়ননা চপাল লাইশোল অসি শোল্লগা পোংনমশিং অসি লমহাংদা থাকতোক্কনি।

লাইনা য়ৈরবা

লাইনা য়ৈরবদি হৈপুংনে, কাংছনে, য়োংতৌ মনাওনে অসি তৈও।

লাইশোন্দি :- কল্লাওবা সরারেলও, মিৎ তারৈবা নোংপোক ও। পেং লাওবা ও তাইবং খায়ব ও। নোংদা
সাওইবা ও, লমচা সিঙতোং লাংতোংফেচা, লীসিং চাইবা ও। লৈসী লাংথাবা ও সোংলেল লালথাব ও,
নুংনাং সাখুরাক ও, মারচাঙও তরেংমা অসিবু সোলও। ওক ২ সাহিং থাঙচীনে, চেং লাংথ্রৈ য়াওনা লুক
অমা ওইনা থাও। ইলখালফম সুমাঙদা থাও, কবোক অফাবদা য়খোয় মমাঙদা পুন্না থাও। ঈশিং কোরেক
অমা শোকও। সোলবা লাইদি কৌবা উরেলঙমবা লোকপা নোংথৌ পালচুমপা, কৌবা উবেল চাইবও।
মারচাঙ মচাদি তোলাংখোম্বনে মেলতে ওম্বনে। চাঙসেহ্মা তোকপা সাওইবা, কাকলাওবা ১০ মা, তমদা
লাওবা ১০ মনে সোলও।

লৈ নাবগী

তিল্লি নাখুংচা ফাল্লি নখুংচা

তিল্লিরেন লাইয়িরেন অঁ খজাবী খজাবী।

লাইশোল অসি লৈ নাবদা শোল্ল ফবনে।

লৈ নাবদা শোমবা

নেত্রক মেখল লখা গ্রং গ্রং

খৌরমদি লৈ নাবদা খুংনিংখৌদা শোল্লগা খুয়াদা নাল্লো ফবনি খঙউ।

লিলনা চিকপগী

ইচিকপী নংনা চিকথরো

ইহাইরোক নংনা হাইথরো

ইখোম্বী নংনা খোমথরো

গুরুগী য়াথংনি।

চমফমদি ইশাদা থোকপা হকচাংগী মরোদ্ধা তিলগা য়ুংগা অহম অদু তিল্লগা লাইশোল অসি শোম্পুনা তৈবিবা
লিলনা চিকপা হু কাদে।

লীল লাই ওকুবা

লীল লাই ওকুরবদি য়াল্লা লীল লাই অমা শাও, মাঙদা চেং য়েরুম কোনয়াই লৈ থাও। চেং য়াইঙঙ তৈবা হামুক তৈবনা কোয়ও। ফিরাল ১ থাওমৈ ১ থাল ও। লীল মখুলদা থীলচীলনা থাও।

লোইনবা কৌশিন্নবা

শিশুম অনিগী মরজা লৈবা গুরু
নমিংদি সচি সরারেল কৌই
নংনা পায়বা খুংলাইদি
লীকুংপায় তেদ্দোং পায়।
নংনা খোঙ থাঙদোক্লগা
ব্রহ্ম খোঙ থাঙদোকপা কৌই।
নংনা মায় ওহ্লেক্লগা
ব্রহ্ম মায় ওহ্লেকপা কৌই।
লেপ্লিয়ু হঞ্জিনবিয়ু
গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি অনাবা মীগী লাইবজা শোনবীগিনি।

লৌদা তিন তাবগী

হাওবোক কোহ্লেজম নিংঙোল
নংগী নপাম হাওরোক কোহ্লেজমদা
চাকহোং লৈহোংলি হায়যে
চেং অসি চাদুনা হল্লো
লাইরেম্বী তরেংকী য়াথংনে চংলো।

-০-

পুকশ্রি লাইগী মমিংদি
হাওখা লোকখা নিংখৌ
মপাগী মমিংনি
লৈমা ব্রাতংনু মমাগী মমিংনি
নচিঞ্জাক নঙোন্দা পিরবনি চংলো।

চেং খোহ্লেদিং লৈ য়াওনা লাইশোল অনি অসিগী মনুংদা অমা শোন্দুনা খুরুমগিনি। নোংপোক,
মোইরাংলাইজি অনিসিদা ওন্দুনা খুরুমজগিনি।

লৈশৌগী

লৈশৌগী মিংখৈ :- তিল্লৈমা লাইরেন্মা লৈমা তুথবী
সে অথুম অহাও পিরবনি ওসি মৈখৈ।

খৌরমদি হৈরুক তাঙ্গা পানা খুঁদ ফমফম ফি, খোইরু থাওমৈ দখিনা ২ কবোক অথুম অহাও অদু পুমা
থাও। খরনা ফমফম অকোইবদা চাইয়ু। তৎনবা নুমিত্তা ফমফম ফিদা লৈশৌ কারবদি য়ায়া ফৈ।

লৈশৌগী

লাইনিংখৌ সনামছি ইবুংঙো নহাক্লা
ননাই ঐখোয় য়োকপিরিবা য়ুম অসিদা
লৈশৌ কারিবসি ঙাকথোকপিয়ু শেংদোকপিয়ু
লৈশৌ নংদি ললাংপুংদগী হৌরকপনি
লৈফম য়ৌনা হনখরো
লাইনিংখৌ সনামছিগী য়াথংনি।

লোক খুবগী

ওঁ লোক লাও লৈমা
ছে ইমা ইবেম্মা নমিংদি
লোকখা লোকথুম কৌই
নহলফমদা হল্লো
নতেফমদা তেরো
গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোজ অসি ঈশিংদা তুলসী মনা অমা থাদরগা লাইশোজ অসি শোন্দুনা পিথকউ লোকখুবা ফবনি।

লোক ফনবা

লোক নংগী নমিংদি লোকখা কৌই
লোকতুম কৌই লোকপুম কৌই
গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি অঙাংনা মচীন কাখংহল্লগা চীমুংদা শোম্বু, অহমা চাঙা শোম্বু লোক ফবনে।

খোঙখাদা থুংবা লোকগী
 খোঙথক্তা থুংবা লোকপা
 থজিন্দা থুংবা লোকমৌ
 থবাক্তা থুংবা লোকপুম
 খৌনাওদা থুংবা লোক
 লৈয়েংদা থুংবা লোকলাই
 নাকোংদা থুংবা তিল্লাই
 নখোই লোক তরেংনি
 নখোই তরেংমকী নমিংদি
 তিন শিদববু লাইরেনবা কৌএ।
 হো হিং কৌএ।

লাইশোল অসি লোক্কা নাবা মীদা শোনবীমু ফননে।

লোক ফনবা

হে খামপা তকসু রানে
 লুবাকতা পুংচুম ফানরানে
 গুরুগী মাথংনে ফানাজরো।

লাইবা অসিদি খৌনাওদা লোক্কা মরেং মরেং চতুনা খুরবদা শোল্লু, লোকখুবা ফৈ।

লম অকি লাই

লম অকি লাই :- লমগী সাদুম ৭ থোক্কা যাংও ফৌকাক চেং উতীনা থোংও খারাইদা হাপও ফিরাল ১
 থাওমৈ ১ হৈকন হৈ হাপও। লম্মৈনা চাকপা উচুঙদা থারমও। লাইফঙথৌ ৯ মা খুরুমহল্লো। লমজা সারাবু
 খাঙও মাখংলোইবু সোল্লো। থারগা চেংয়েকুম থাও ইরুথোকও খুজিল ককথোকও ডালথোকও ফৈয়ে।

লম লাই

লম অদুগী লাইনা লমলাই তুলাইদি :- লমগী সাবু সাদুম ৭ থোকও। ফৌকাকী চেংবু উতীনা থোংও।
 খারায়দা হাপও ফিরাল ৯ থাওমৈ ১ হৈকল লাকল লৈ যাওনা লম্মৈনা চাকপা উমুচুঙদা থাও। লাইফঙথৌ
 ৯ মা খুরুমহল্লো লমজা সারাবু চাক খাঙও, মাখং লোইবু সোল্লো। থুংলকপা লমদা চেং য়েকুম থাও ঈরুও
 খুতীন খুমা খেত্তনা ঈরুও ডালথোকও ফয়ে।

লমফাবীনা চীক্লা নাবা

লমফাবীনা চীক্লা নারবদি, ঙাওনা ফৈনা নারবদি - হারেল্লদি নিপাগীদি য়েল ১ নুপীগীদি য়েল অমোম ১
খৌরী কিদুনা ইমিঙ ইমাঙ লেপও।

লাইশোন্দি মাইকৈ চ মদা হইনা খীবঙয়া খীবও, লাইমিংখৌ চারলবও, লমখল খৈবিকী মপুও, লমও-
তুও, নাপী সীডবীও হায়না সোলও। য়েল ২ মাসুঙ চফু ১ ইয়াল ১ কোনয়াই পুমা, য়োৎ ২ সেল ২ থুম ২।
সেলনে থুমনে নিপাগা নুপীগা থানা ও। য়ানাদবদি সীবনে, য়ানারবদি সীদে।

লমহুল য়েংনবা

কিল্লিং সলং ব্রঙ্গগী নোংশিংনে
আলালা সিংথরো, আলালা হমথরো
কিল্লিং ব্রঙ্গগী ঈশিংনে
আলালা চেমুরো আলালা তাওথরো
কিল্লিং হলিং ব্রঙ্গগী মৈনে
আলালা চাকথরো আলালা তুমথরো
নুঙবিরেন সিতাপা নুঙনাংলেন তৎতবী
অশাবনা যৌদবা অসুবনা যৌদবী
নমিংদি থংচিঙ নুঙ তুমতারংবা কৌয়ে
তারংপি কৌয়ে গুরুগী য়াথংনে
অঁ কিল্লিং তুমও।

হিদাক্তি :- পানা মালপিকা হৈচাকা মনাগা ওমু অচঙপাকা থোংদনা চাহল্লো। লাইশোল অসিদি চাবা থকপা
খৈবিক্তা শোল্লো, লৈশৌ ফাও, উচি শামন মহিগা তোংনাও হকসাং পুম্মক হংকৎনা তৈও।

লম্নৈমা ওক্লবা

লম্নৈমা লমদা ওক্লরবদি- লফুং ১ শাদুনা পোংলোইও। খুংলাই লৈতরবদি মীবু উরবদি কৌদনা সীমরমও,
মী উদরবদি মীগী মুমদগী থাঙ লৌদুনা পোংলোইও, হল্লক্লদবনে খোইচু লৈখাম ওকহালও।
তীনগী লাইগী মমিংদি লাইরেল সীনাইদবা ৭ মাগী মিংবু লাইরেল পোকপা অরিববু খঙলবদি অসি খৈবিক
তৌদবসুঙ মফরে। অদু তৌদরবদি ওমদে। মীনা নংবু কৌদুনা লাক্লবদি ঐদি খঙদে লম-না খঙবনে নার্বানে
হায়না চেনলকও। তীনগী মমিংদি তীনতুরেঙ মাকেরা নালাংক্লপচী, লাইগী মমিংদি লংহীংচীংচীলও পীরীংখোমন্
কৌয়ে।

লম্নৈমা ওক্লবদি- লৈতালনা লম্নৈমা ১ সাও, চোম সীহলও, নুঙ শমচেং কাতি হৈচারাঙ ফনেক কানক
খোংলী ইম্নফি শেংহলও। লমশাগা চাকেমগা য়ামনা থোংও, খারায় ময়াইদা হাপও ফিন্নাল অমা থাওমৈ
অমা থেংও। মী অদুগী মথক্তা থমদুনা লৈমুরোল তরেংমা লমজা শারাবু শোলও। অদুগা লমজক্তা নাপী
হামুল নৈদুনা অসি খৈবিক থারাপাকা হৈরা য়াওনা খুরুমও ফৈয়ে।

লৈমরেন খুরুহা

ইম ইমা লৈমরেন শিদবী
চেবু চাবু নদী শান্নাং ওইরোমদা লৈবী
লুতুং কিশিনবী নশম শমজি পাংমনা
মালেম লৈরোন তরেং কোল্লিবী
নশম শমজি পাংমা অমনা
কোরৌ নোংদোন কল্লিবী
লুতুং শমজি কিরগা
পলেম কৌবদা হাও হায়না পাখুদী
লুমাং শমজি লৈরগা
পাছৌ কৌবদা হাও হায়না পাওখুদা
ছে ইমা-নংগী নমিংদি
হম মহিরেন কৌয়ে।

লৈমরেন খুরুহা

হে গুরু
তম্ফা ইমা লৈমরেন শিদবী
চাংঙু লৈফু নামুংবী
নোংফুরেন।
লৈমুরোন তরুকমক্তা মাহিল্লী
লৈহাউরোন মঙামদা মাতারিবী
ইমা ইবেম্মা-ফুরেপ লৈমা লুজাওবী
নাকথ লৈমা পাওদোয়বী
লুমাং শমজি পুজগা
পাছৌ কৌবসু পাওখুদী

লুতুং শমজি পুন্সগা
 পলেম কৌবসু পাওথুগী
 পীওই পাওই শক্লিবি
 ওইনহা খুভা পায়রিবি
 অথুহা থাদা কোল্লিবি
 চাগেসু থেংদবী থক্লেসু থেংদবী
 মুকফু পাবোংনরিবি কোলোম লেংথোংনরিবি
 খাবা চাম্মা শিনতাকপী
 অমাই চাম্মা ন্দিমলিবি ইমা ইবেম্মা
 ননাই নচা নশুনা নকুম কুজাগী
 হৈরাং লৈরাং অনৌবা কৎচরিয়ে।

লাইশোল অসি চৈরাওবা নুমিৎকী খুরুহদা শোনবা য়াই।

লমলৈমা খুরুহা

লমলৈমা হে ইবেম্মা, নমু তাইবং মীওইবনা খংদবা উদবদগী মায়োক থাবল্লুরেদো। অদুনা তাইবং মীগী মশাদা তেনবাল্লে। অদুগীদমক ইবেম্মগী শরুক তমজরি। অসি লৌদুনা ইবেম্মা নংসু নংগী নফমদা হল্লো। মীসু মীরমলেন তিল্লসি হায়রিবসি য়ারেদনাকো, যাদ য়ারেকো-য়ারে। অদুদি নচিঞ্জাক লৌবীরো ইবেম্মা নংগী নফমদা হনবিরো।

পোৎচং খৌরমদি লুকমাই ৭ কীবোক হৈরুক তাক্সা ১ পানা তাক্সা ১ খোইক থাউমৈ ১ লা লাভোন ১ গী মথক্তা হাপ্পগা অনাবগী মাঙদা থম্মগা মথক্তী রাইহে অসি হায়দুনা চাকথা অসি পিরগা অনাবগী মমাঙদগী পোৎ অসি পুথোক্তুনা মপান্দা থাদোক্লেনি। অদু ওইরবদি লমলৈমা থেংনাকুবগী অরাবা কোকই।

লৈমরেল ফম্মাল রা

হে মুনি নংনা থোরকঙৈদদি
 পাম্বোমদা তোংঙি হায়য়ে
 নমিংদি হেরা মনিক কৌই হায়য়ে
 কংলাগী মেন মতোন্দা তোংঙৈদা
 নমিংদি লৈত্রোং তরেংবী কৌই হায়য়ে
 নংগী নঙাল নশাঙম ডানজগে
 নংনা পুন্সিগুম পুন্সিগে।

লাইশোল অসি খুবক্তা শোল্লগা মাই মিৎ নাহুরবদি কুচ মাঙদে।

লমঙাওনদনবা

হরি পোকপা লুরেমু
লু-তাংথকপোকপী লুরেমু
নমিংদি পাখংবা কৌবা ইবুংঙো
থক মতোন্দা লৈবীমু
লাং মতোন্দা ডাকপিমু।

লাইশোল অসি লমচৎপদা লম্বী ডাওবা, রাখল ডাওবদা শোলবা ফৈ।



মাই খুদনবা

লিক্লা নংগী সচিয়েল
চোংমুহি কৌএ।

- ০ -

মাইশেং মিৎশেং
মিৎশেং মাইশেং

লাইশোল অনিসিগী মনুংদা অমা লিক্লাদা শোল্লগা তৈও মাই খুইদে মিৎ ফৈ।

মাইয়োক রা

লাল্লোই চিংঙা রানে
কোংবা ফম্বাল রানে
মাইয়োক মিংশেল রানে
শোইনৌ মাইয়োক রানে
গুরুগী মাথংনে।

লাইশোল অসি থাউ, ঈশিংদা শোল্লগা তৈয়ু কুচু ফৈ, মীনা নুংশিবনি।

মাইহিং কাদনবা

খোরকপদা মঙাংগুরু যুংবদা লুয়াং গুরু
 ভাবদা খুমন গুরু ওসি কৌবা গুরু অহম্মজা
 ইমানা ইপানা পোরকপগী কুচু পীনবীমু
 ফন্তবনা গুরু অহম্মনা লৌশিনবীমু।

লাইশোল অসিদি ঈশিংদা শোল্লগা মাইদা নাম্বু মাইহিং কাবা ফবনি।

মি-কৌনবা

হারে হরা ওন মি-মি-মি, কুক-কুক-কুক
 নুমিং চয়েন তরেংমজা পোকপা মী
 থা তরানিথোইমজা পোকপা মী চাওবা চাওবী।

খৌদৌদি হৈরুক পানা থাওমৈ লৈ চন্দন ম্যাওনা তৌগনি, লাইশোল অসি শোন্দুনা কৌও; মী অদু লাঙ্কনি।

মি-কৌরোন

হে থরাই মঙামক
 মিগা থানা তরুকমক
 ম্যাপুঙদা কারকও
 লৈতিনফমদা তিন্নররো
 নোংপোক নহানা কাই শারে
 মৌনুবী কাইপুরেং
 হৈতুপ মতুপ মি-লেপ্পা কংও
 নপু কোন্দাতুমও
 নপা কোনদা তুমও
 হে খোইবুং হে সেনবুং
 লাও কোন কোন।

খৌরমদি ম্যাংকোক অমদা লাতোন নোংপোক ওনবা অমা থারো মখজা লাংপ্রে মতোল ও হাম্বু চাক চুমও
 হাম্বু, ধুপ থাওমৈ হৈরুক পানা হাপউ। নাকথদা লাইশোল অসি শোল্ল কৌও তন্দন মওং ওইনা লাঙ্কনি।
 ফারগা উতোং মনুংদা হাপচিল্ল থম্মা অকংবনা মেম্বু। খোইরুনা শকওং তমদুনা উতোং মনুংদা হাপচিল্ল
 থম্মনীংবা মফমদা থমও। মোন মখাদা ফল্লাংদা থম্মগা মী পুয়মক্লা চালে থঙও। নপোক নুমিভা তৌ।

মিকৌরোল

চিঙথৈ ফিথুপ অহুম্মগী মরজা লৈরিবী। ইথৈ মচীন লৌহোলথাবী। রাং খুদেং নানৈবীদুনা চাকথাকলিবি
ইবেম্মা মি মি কৌমে, সমজু সং কৌমে। রা অসিদি মিকৌরোলনে খঙও। হৈরুক তাঙগা ১ পানা তাঙগা ১
অহাও অথুম ম্যাওনা নোংমাইদা কৌও।

মি কৌশিম্বা

মি থুপ মি থুপ ফুঙাংলেন
মি থুপ কোরোক কোরোক।

খৌদৌদি:- থাওমৈ অমা তুংদা রাংনা থাল্লু হৈরুক পানা তাক্সা অমা মিনা তাফমদা থমউ। লাইশোল অসি
শোম্মা শোম্মা কোক্সা তাফমদা খুবাক্সা য়ৈদুনা শোরনা কাম্মু চংশিনবনে অনাবা ফবনে খঙউ। ইতোমতা
তৌরবদি শোরনা ঐগী মি অদু চিংশিল্লু।

মিৎ নাবগী

মিৎ মরু মিৎ মহি
মিৎম্মা তরংবা
ঙসি কৌবা গুরুগী ম্যাথংনি
হাংঙু।

লাইশোল অসিদি খুৎপীদা অহুম্মক শোম্মগা কারন কারন অনিরক নানবা ফৈ।

মিৎ নাবা ফনবা

চকপা উমুংনা কোনথারিবা
লাইরেল অঙৌবনা ম্যাওল্লবা
উং স্বাই তুমও, গুরুগী ম্যাথংনে।

লাইশোল অসি মিৎ নাবা মিৎতা থুনাসা লৈবদা শোল্ল ফবনে।

মিছন তানবা

মারজিং থাংজিং থানা চাওবা কৌক্র
নবিঙানা তিন্নঙেগী হানে
নতুদি লৈমরেনে লৈশংনু কৌয়ে
নখোইনা শুবা থাংদি
য়েত্তা শিংনা অঙাংবা
ওইদা লৈশংনে
নমিদি অঙ্গ অঙ্গ কৌয়ে।

লাইশোল অসি অনাবগী লারাইদা শোল্লবদি মিছন তাই।

মিছনগী মরোন

১) খুজ্জংগী মিছমা হুংহুন্দা চোংবা। ২) খুজ্জংগী মিছমা ফৈনা চোংবা। ৩) খুজ্জংগী মিছমা খুংতোনলোমদা চোংবা। ৪) খুজ্জংগী মিছমা কোইনা চোংবা। ৫) খুজ্জংগী মিছমা শোল্লননা চোংবা। ৬) খুজ্জংগী মিছমা অহম্বক চোংলগা লেপ্পা। ৭) থবাক ময়াইদা মিছনফাওবা। ৮) লাইবক ময়াইদা মিছন ফাওবা। ৯) খুবাক ময়াইদা মিছন ফাওরকপা (থৈদোক থৈজিন তৌবা)। ১০) য়েৎকী খুংতোসী তাং অহম্বক মিছন ফাওরকপা। ১১) ওইথংবা খোইদৌ মপাগী খরা মখাদা চেকয়াদা মিছন ফাওরকপা। ১২) য়েৎকী খুবী ময়াইদা মিছন ফাওরকপা। ১৩) য়েৎকী খুংয়াইগী চক্রদা মিছন ফাওরকপা। ১৪) য়েৎথংবা খোইদৌ মপাগী চেকয়াদা মিছন ফাওরকপা। ১৫) পিশুম অনিগী মরক্তা মিছনফাওবা। ১৬) খুদোনবী মখোকরাই খুবাকলোমগীদা মিছনফাওবা। ১৭) খুংনিংথৌগী তাং মকোক তাং ময়াইদা মিছনফাওবা। ১৮) খুংনিংথৌগী খুনম তাং মকোক্তা মিছন ফাওবা। ১৯) খুংয়াইগী মতোন্দা মিছন ফাওবা। ২০) খুজ্জংগী মিছমা খুবিরোম কাপ্পা। ২১) নারুম অকুংপদা মিছন লৈবা।

মথক্তা হায়রিবা মফমশিং অসিদা মিছন লৈরবদি, মৈতৈগী লাইগুরুশিংনা তিনয়েৎ লাইয়েৎনবা লৈ হায়না খঙনরম্মী। মরমসিনা অয়েৎপা লাইতিন অদুগী মরম মুমা খঙলগা শেংদোক্কদবনি। তিনয়েৎ লাইয়েৎনবা শেংদোক্কবদি অনাবা ফবা হাই।

মিৎ নাবা

হাই মিৎ নংগী নমিদি খুমিৎ কৌই
খুমিৎনা নাদনা মিৎনা নাফদে
গুরুগী রাথংনে ফরো
ওঁ নুংত্রং ওঁ নুংত্রং ওঁ নুংত্রং।

লাইশোল অসি ওইগী খুবী মরুদা শোল্লগা য়েৎকী মিৎতা নাহু অদুগা য়েৎকী খুবী মরুদা শোল্লগা ওইগী মিৎতা নাহু মিৎনাবা ফৈ। মিৎতা মোরোকনা শারবদি খোঙগী খুমিৎ ঈশিং চামউ ফৈয়ে।

মিৎ নাবগী

লৈকং লাবরেন কংশিবা
শেং কাইমু শেং তুমউ
ওঁ ব্রহ্ম চাকউ ওঁ ব্রহ্ম তুমউ
অমুকসু তুমউ গুরুগী মাথংনি

লাইশোল অসি মিৎ নাবদা শোল্ল ফবনে।

মিৎ নাবা ঙৌদোং লৈবা

ওঁ-ওঁ-ওঁ
লৈবাক মাইবা খুরাই তাংবা
নিংথৌ মাইবা চিরাইখোম্বা
মঙাং গুরু লুরাং গুরু খুমন গুরু
গুরু অহম্বাকী লাংবুমনে
চাওবী নংগী নমিত্তগী নারিবসি
চুপথোক্রো - ঐনা চুপ্পা নঙে
গুরু অহম্বা চুপথোকপনি
গুরুগী মাথংনি।

মিৎ নাবা ঙৌদোং লৈবদা লাইশোল অসি শোল্লবদি ফৈ।

মিৎ ঙৌদোং কোকুবা

মিৎ সনা তরেংবী
তরেং সনা তরেংবী
তরেং তরেঙবী
শাস্তা মুংনা শা
তম্ফানা পাওরোনবা
পাও হাংও গুরুগী মাথংনে
ননাই ঐডোন্দা পিনবীমু।

শিজিমফমদি লিক্রা লৌরগা মদুদা শোন্দুনা তৈমু ফবনি।

মিৎ নাদনবা

হেঁ ফেঁং

লাইরা অসি ঈশিংদা শোল্লগা মিৎতা হাপউ মিৎনাবা হৌনদে।

মিৎতা মহিক লৈবা তানবা

লাইরেল নংগী নমিংদি
খোংখুম তাওয়ে কৌয়ে
ইন্নুং খরোবনা লাইহাৎলে
পুম্মা তাওনা কংঙে
পুম্মা তাওনা পৎলে
উম্মশাইবনা মাইবা শাই
ফিং-ফিং-ফিং।

লাইশোল অসিদি লা অমদা হুঙ্গামথাও তৈও, লা অদুনা মিভা কুপও, লুখমদা শোল্লু, মিভা মহিক লৈবা
লাদা তাদুনা ফগনি।

মিছন চুমদবগী

হো আকথি মিৎলু লেংলেং লেংশিনবীয়ু
নফম কাদা কোল কোল চংশিল্লু।

লাইরা অসিদি উদগী তাবা ঈশিংদা তাবা মিছন চুমদবদা, চাক চাবা ঝাইবোক চনবদা খুত্তা শোল্লগা নান্গগনি।
অদু ওইবদি মিছন চুমদবা ফৈ।

মিভা শাহিং থোংবদি

শাচি শায়্যাকে
আমাই শামিংতাওবা
নঙ লৌখিও।

পোৎলমদি শা মতু মৈদা যিকও, তাক্কাইদা শুনু হৈবুং মহি তোৎতুনা তৈও। শা-ওইবা অমগী মমিংতা
য়েংদুনা লাইশোল অসি শোন্দুনা শা অদুদা তৈচিল্লম ও ফৈএ।

মীনা লাই থারকপগী

হাই পাঙন চোত্রা পাঙন শেত্রা
গুরু নমিংদি তোক্রা কৌয়ে তোকও
গুরুগী মাথংনে।

লাইশোল অসি মীনা লাই থারকপদা অনাবগী মমাইদা শোল্লো তোক্রানিয়ে খঙও।

মীরোল্লিঙৈ য়েক থিন্দুনা নাবা

হে অঙাংও।
গর্ভগী মনুংদা লৈরিঙৈ
নমিংদি অঙ্গ কৌই
নমা নারে ফহল্লু।

খৌরমদি নুপীনা মীরোল্লিঙৈদা য়েক থিন্দুনা নারবাদি লাইরা অসি পুজা মঙারক শোল্লু পুং ১ দা ফৈ।

মীনা পোং হথিরবদা

অঁ: কুলা মিৎতা সোহা।

খৌরমদি চফু অহনবা মচেৎনা মী অমা শারগা লাইশোল অসি তরেংলক শোল্লো অদুগা শুম্বল মখাদা ফুম
ও হনজিল্লগদবনে।

মৈ ঈশিং নুংশিং মরম চুম্বা

হ-গী মমিংদি মৈ কৌএ
র-গী মমিংদি ঈশিং কৌএ
স-গী মমিংদি নুংশিং কৌএ
মৈ ঈশিং নুংশিং অহুম্বকী
নমিংদি ঈরিকশি কৌএ
ক্লী ক্লী ক্লী হরে রিং ক্লী মাহা।

লাইরা অসি ঈশিংদা শোল্লুনা পিথকট (থকট) মৈ ঈশিং নুংশিং মরম চুমই।

মৈনা পোকপগী

মু নংনা পুমগবরা পুমদে
 যোৎশুবি নংনা ঙাংগবরা ঙাংদে
 পুলা চিক চিক মু।

লাইশোল অসি মৈনা পোকপা মফমদা শোল্লু ফবনে।

মৈনা পোকপগী

ওঁ পোরো ওঁ পোরো ওঁ পোরো
 খাগী মৈনা ইংথরো হায়য়ে
 ইংথরো ইংথরো ইংথরো
 গুরুগী য়াথংনে।

মৈনা পোকপা মফমদা শোল্লো মৈনা পোক্তে।

মৈনা পোকপা ফনবা

থাংজবা মৈছম উতোংরানে
 ইংঙো স্বাহা

লাইশোল অসি শঙ্কোম অনৌবা অফম্বা, ঘী অহ্মজ্ঞা শোল্লগা তৈয়ু মৈনা পোকপা ফৈ। নত্রগা শুনু ঈরুগী
 ঈশিংদা খোইদিংথাও হাপুনা নোইরগা নঙশিল্লবা মতমদা শোল্লগা তৈয়ু মৈনা পোকপা ফৈ।

মঙ নুংঙাইতবগী

হে ইমা ইবেম্বা
 ঐনা মঙখিবা মঙ অদু
 লুমাঙনা মাঙহল্লবনি
 লুখমনা খল্লবনি
 ইমা ইবেম্বনা শাখি ওইবীয়ু।

শিজিল্লবদি মঙ য়াল্লা নুংঙাইতবা মওংদা মঙলবদি, তুম্বদগী হেক হৌগংপদা, তুলসী মখোঙদা খুক খুদক
 কুন্দুনা, তুলসীদা খুকমদুনা লাইশোল অসি শোল্লবদি ফন্তবা পুম্মক কোকই।

মরাই চঙদনবা

মীনু নম্বা মীশা চাবী হে ইবেম্বা
ঐগী য়াই অসি নংনা পায়দুনা ঙাকউ।

খৌরমদি উতং উতোং মনুংদা মুল অমমম হাপুনা ইংখোল চিথেক ৪ মজা ফুমও, অনাবা মরাই লাকপদা
তৌ মরাই চঙদবনে।

মহ পানবনা চিকপগী

সকিং সকিং ছপ
কিং লেস কৌএ

লাইশোল অসিদি অচিকপা মফমদা শোল্লু ফবনে।



সনামহি খুরুম্বা

হুম - হে ইবুংঙো লাইনিংখৌ
হে সনা নংগী ফমজাও মখাদা
পুস্ত্রি অচৌবা অমা লৈয়ে
অরাংখংবা ফানখোংদা শামু অঙৌবা অমা কিরিয়ে
কুরুমচীংদগী সনাগী শল কুম্বকয়ে
জম লাউনা চোংথৈয়ে মতু চোঙে ময়া কেন্দে
মশা নাদে সনা ফম্বালাংঙিয়ে
হে ইবুংঙো লাইনিংখৌ হে স্না ঙাং
তলেং ঙাংবা সনা তাবুংলেনবা
সনা কুরুমচীংদা লৈবা কৌয়ে
নমিংদি হুম কৌয়ে রম কৌয়ে সম কৌয়ে
রে-রে-রে হায়না কৌয়ে।

হম হে ইবুংঙো হে সনা নমিংদি হো মহি কৌয়ে র-মহি কৌয়ে স-মহি কৌয়ে। নমিংদি শরয়াং কৌয়ে অচিবা কৌয়ে। রো-রো-রো, হে ইবুংঙো সনা অয়ুক কোনথাবা নুমিদাং কোনবীও রো-রো-রো। নমিংদি হম কৌয়ে রম কৌয়ে সম কৌয়ে রে-রে-রে হয়না কৌয়ে।

গিজিমফমদি হৈরাং লৈরাং কতুনা লাইশোল অনিসিদগী অমা শোন্দুনা খুকমজরবাদি নীংবা খৈবীক থুংই।

সনামহি খুরুন্না

হে গুরু সনা নীংথিবা
ইপলগী সছোঙ কাজাও য়ারিবা
নহাজি নমিংসু সনানি নচুসু সনানি
সিজ ইবেম্মা গুরু ঈশিংচাইবা
ঈশিংচাতরেং চাইরিবা ইবুংঙো ইবেম্মা
নহাজি হো-মহি রো-মহি সো-মহি
মহিরেন কৌবা ইবুংঙো
নহাক্কা ননাই চাওবগা লমওক থাফংনবে
ননাইগী শারিবা চিক্কাবা পুম্মক কোকপিবো
হে সনা নীংথিবা।

খৌরমদি মীওইবনা মশা শাগৎতুনা চিকপা তুবনচিংবা তৌবা মতমদা সনামহিদা খুকমজগনি।

সনামহি খুরুন্না

হে গুরু, লাইনিংথৌ সনা নীংথিবা
নিংথৌগী মচা নহাক নিংথৌ সনা নীংথিবা
গুরু ঈশিং চাইবা সিজ ইবেম্মা গুরু অহম্মজা
ননাই নচা নশুনা নকুম কুম্বী কুমকাওদা
নথা থাবী থাকাওদনা কুম্বী হৈরাং লৈবাং অনৌবা
কংচরিয়ে হরাও তয়ান্না লৌবিয়ু।

সনামছি মুরাংবগী

চাংঙু কোরৌ ইনোংথৌ খোইয়ুম রাংবা ইকাশা
 গুরু সনা নীংথিবা শম্ভোঙ রাখাইচেং
 খাইচেং অরিবদা ফমফম্বা শম্ভোঙ পুংমাই লেঙ্গা
 অমম্বদা রায়েল্লিবা অঙালবদা খৌদারিবা
 গুরু সনা নীংথিবা।
 গুরু লীশিংচাইবা লীশিংচাতারাতবেং চাইবা
 শুমাং ঈ-তাবা লৈনাম উকাবা
 থক্তনা পাত্র মুখকপা লাল্লোই খোইরেন তোয়বা
 নুংশিং কোংয়াং রাচুম শুবা
 লোক্লে নংগী পনম ননমখাংনা থোংনাংচার রাপানফাবা
 খোঞ্জন যাইবিরেন শিদবনা সঙ্খ নুংঙোন পুক্রিংছবা
 খোইয়ম সনা নীংথিবা নশানৌ ইবেম্মা লৈমা তানু নিংথৌ
 কাংবা মোরিয়া ফম্বানচা তম্ফা হুইট্রিক হুইমিংনবী
 চাংনুং যামশাবিক অপিশক্লা যাকা নিংথৌ চনু
 গুরু অহ্মম্জি কোরৌ নোংমদোন নোংনাং কাওখংকোন্দগী
 চাংঙু যারা নখোঞ্জন লাংবন খোইমু খোন্দানবনা
 হুঁ কার স্বর ময়েকথোক্লা নপোক খোইবা যাল্লকপা
 তিংঙি রাফোঙফম লাবা নোংলৈফম
 খরম চোথে তাবু মনুংদা পাবোংলীগুম শোয়নদা
 হঞ্জন লীগুম তাইখংলাক্তনা শিংঙেল লৈবাং মনম নুংশিবগা
 লাইরেন শাংবা যাতারিবা গুরু অহ্মম্জি
 ওসি কোরৌ নুমিং অসিদি থবি লুই থবা শেংই হায়দুনা
 নকুম কুমহৌবো নথা থাহৌবো হৈরাং হৈকৎচরি
 শিংঙেল লৈরাং লৈকৎচরি
 নাহমোং খুমুংঙেদি কাইরৈ য়েল্লু অহ্মা হৈরাং হৈকৎলমই
 ওসি কোরৌ অসিদি ওমু মমৈ লাংবনা
 কাইরৈ য়েনহুং শিন্দুনা হৈরাং হৈকৎচরি শিংঙেন লৈকৎচরি
 হৈরাং হৈতংবীমু শিংঙেন লৈচিনবীমু হায়দুনা
 ননাই নচা নশুশিংনা খুবাক চাংজৌ চেপ্পা লোমা খুরুমজরকপবু।

ননাইশিংগী ফন্ত হাওদি য়েক্ক তিংখং পুম্মক
 হাওরৈ খা-পাংনা হোইথবীয়ু অফবা নুংঙাইবা পুন্নি নুংশাংবু পিনবীয়ু
 ননাইশিংদি নমু তাইবং অপংবনিনা ফিজি ফিনানা হুমথিবা
 নঙাকথোক্কি ঙাকপিয়ু নকনথোক্কি কনবীয়ু
 য়েনবী চাজেন হৈবনা মশা ওইনা য়েংনা মচা কোনবগুম
 ননাই নচা নশু পুম্মক য়োকপিয়ু কোনশিনবীয়ু।
 হে ইবুংঙো সনা নীংথিবা।

সাঙাইসলগী ঈরাং

সাঙাইসলগী ঈরাঙি ফি যাইঙঙ তৈবা অমা, সারেং চৈ থাবা ১ সীং কোংখাং ৯ সেল ৯ লাফুথরো ১ সীংজু
 সুও। লৈই ৭ ইও সারেং মমাই অৱাং পাংও সোল্লো। মমৈবু তু ওইবনে লমবু তুবু তাইবদি মরোংখোংনে
 লাইখোংনে ৩ পন্না সোলও।

পোংয়াওদি ওক অমুবা ১ য়েন অরাংবা ১ য়েকম ৭ চেংলুক ৭ য়োংদৌ উতোং ৭ লাভোল খানা পাংও। ওক
 মমৈ খানা পাংও লেনও। ঈ-না অৱাং পাংনা চোংখংলবদি ফন্তে। অমরক হনও খারমদি ফৈয়ে। য়েন্দি
 অৱাং পাংও লেনও ঈ-না খানা পাংনা চোংখংলবদি ফন্তে অমরক হনও। অৱাং পাংবদি ফৈয়ে অসি য়েংনা
 তৌও।

সারৈ নাবা

সারৈনা নাবদি খোঙবী খুসীংখাদগী, খাংখামাবমদগী স্বাই চাইখাইববগী মাহাক খৈবিক ফিংহল্লে। সারৈনা
 চাংলে, মায়াদা কোংবোল সৌরে, মমিৎ চেঙকুপ সীবে, ও-লাওরক্কে।

লাইশোলদি :- “সারৈও হকসাং মাতোম সীরকপাদা ঈশিং তুরেল অপুলবা সোলও। চাপালদি - য়োংদৌনা
 খারা সাও, য়েল অমুবা ১ বু অনী ওইনা খায়থোকও। কোনযাই অমমম হাপও। মাহাক্কী শমগা খুংচীনগা
 চেকায় অমা ইকও। লৈখাম ৭ গ্রহোন তৌবগী লং চেং মপুয় ৭ হুই মমিৎ থকপা অমা, পুকয়ুনে, সেল ১
 নাহাঙগী ফি ২ অসিবু সবাবেলদা লাংও। সুমাঙদা পীজৌও। লৈখামনে, চেংনে, পীরেলহৈদা থাও।
 হৈপোং হৈপা হৈয়িং কাংকরৌ কৌত্রাংকোন অসি খৈবিক য়াওনা থাও। য়োং অমনা উমখোম থোকপা
 অমদা য়ৈচীল্লমও, “উ-নাহাকপু কংলে” হায়না সোলও। নখোয়গী নখোমথোকপা অসিতাঙাবু চীনপালনাবী
 কুনু”। সরারেলগী য়াথংনে।



শা-কৈ থেংনদনবা

শ্রী অঙ্গ-আনঙ্গ-তরঙ্গ
 হে ইবুঙো ম্চুদি চুমথাং ম্চুনে
 ম্চুদি অহ্মনে অহ্ম অসিনা
 অহ্মক কোইরগদি মাপল্লক থোকই
 মাপল অসিগী মনুংদা ননাই ঐ লৈজবিবনি
 ই: শু: গুরুগী য়াথংনি।

শিজিন্নফমদি লংফৈ চৎপদা শোল্লু, লংফৈ চৎপদা নুংখিল ওইরগা নুমিত্তা নুমিদাং ওইরগা থাদা শেল্লগা
 চৎলু। শা-কৈ তমখিবগী জাং মঠৈ থেংনরোই। নবগ্রহ ৯ নি অমসুং ইমাগী গর্ভদা চৎপনি। নুমিৎ থাবুনি।

শাচাক লানচাক থাকপা

চাওবগী মপা মপুনা
 শাফা লানফা মীহাং মীপুন
 থাংনা য়ানবা ককপা
 শিঙম নাঙমদনা শিখিবা
 নখোই পুন্সগী
 শাগৈ নাতেদা ওংলিবা অসিগী
 কোরুবা চাকলুক অসিগা
 য়েনশাং মথেল তরানিথোইগা
 ফিরাল থাওমৈ হৈরুক পানা য়াওনা
 নখোইগী চিঞ্জাক শাচাক লানচাক
 পিরবসিনি হল্লো।

পোংলমদি চফু ঙাক্তদা থোংগনি য়েনশাং মথেল ১২ ঙা অতেকপা থোংবা ঙা অকংবা থোংবা হরাই
 থোংবা অথুন্না থোংবা অথাবা থোংবা অফকপা থোংবা অশিনবা থোংবা অচন্না থোংবা অশাবা থোংবা
 মনামশীং থোংবা শিংজু তোঙাল তোঙালবা চফু ১২ দা থোংদুনা হাপকনি। ফিরান অঙেইবা লেপ অমা
 হাংবা ১ অচৌবা খোইরু থাংমৈ অমা হৈরুক তাক্সা ১ পানা তাক্সা ১ দখিনা ১ মাক্সোলদা খুক্সগা কৈথেলদা
 নত্রগা লম্নোং ৩ ফাংবদা নত্রগা মোংফমদা অহ্ম অসিগী মনুং অমদা খুদোংচাবা য়েংদুনা থাগনি।

খৌৱমদি মখা মাইকৈ ওলা চাক থোংগনি, মখা ওলা খৌ-তৌ, মখা ওলা থাদোক্লেনি।

কাল্লফমদি শাগৈগী ওইনা অমমম তন্তনা ঙাওৱবা, অহল লম্মন হাক্তজা অচৌ অশাং ওইৱম্বগী দোষ কয়া
লৈদুনা মচা মশু হাক্তজা অঙাও অফৈ অৱা অনা থোক্কৱবদা শাচাক লানচাক থাকপা অসি তৌৱগা কোকই।

লাইশোলগী অহৌবগী মিং অসি তৌৱি তৌৱিবা মীগী মমিং হায়গনি। মদুদি :- চাওবগী মপা মপুনা নত্ৰগা
তোম্বগী মপা মপুনা অসিনচিংবা।

শা ঙাগী মৰু পল্লবদা

অং কংকা সোহা অঁ ঙককি থিলংকো সোহা।

লাইশোল অসি চাকতা ঈশিংদা শোল্লগা চাহল থকহল্লো ফবনে।

শাৱৈ

শাৱম মঙানা শাদুম তৱানিপাল থোক্কা যাংও। চাক চাদুম তৱা তৰুক সুনা থাও। খৱাই মনা মাপল পাল ও।
লৈতালগী মী খুদোল মঙা ৰাংনা শাও ফি শেংও, খৱাই ময়াইদা লেপহালও। খৱাই মথক্তা মী কোয়না চাক
হাপও, শা হাপও। মাপল থোক্কা থাও। লৈ, হৈ, ফিবাৰ মাপল থাও, মৈ মাপল থালও। থাংজা নুমিংকী
থাশিদা অহিংদা লম অচীকপদা লম্লোঙ অহম ফাংবদা থমলদুনা শাৱৈনাৰা মীদো মফি শেত্তনা নোয়হলও,
ইক্ৰহলও, ঈক্ৰহল্লকও অদুগা পুক চংহালও। নাপী অৰোঙবা মথোঙদা হৈৰুক অমা কোনয়াই যাওনা থাও।
অমৰক হমা তৌও ফৈয়ে।

শাৱৈগী মন্ত্ৰ

মপা থাংখোলোন মপু থাংকোমলোন

কক্কৌ থাংদি তোনকোনবা মীৱাক থাং নংনা

সেং হাইগাইৰো গুৰুগী য়াথংনি।

খৌৱমদি লাইশোল অসি শোন্দুনা লাই মশিংথানে অনাবা অদুগী হক্কী ঈশিংনে তিন্দুনা পিথকট অমসুং ৰাম
তুলসি মহিগা য়ান্দুনা পিথকট ফবনে।

খোই মছম অকংবা মৈ থদু না খোইহিগা থুমগা য়ান্দুনা পিজবা ফৈ ইংঙি।

শিংলি-তাওবা

ওঁ খাখোংনে লাইখোংনে মরোংখোংনে
মখোইবু ওম্বদি তাওরোইনাইনা ওমই
তাওরোইনাইনা থিবোংবিগী মথক্তা নন্দুনা লৈ
নমিং চিকনু কোঁই স্না লৈয়োনবী নং ওনশল্লু
স্না লৈচিংবী নং চিংশল্লকও।

লাইরা অসিদি শিংলি তাওবদা পুজা শোল্লু মরম চুমখিনি।

শিবা যৈথোকপগী

খোঙগী খুজিনখাদা লৈবা হে গুংক
নমিংদি হ-র-স, স-ব-হ, ব-স-হ
স্না কোনফুরেন মিৎথুগী মিৎ থুগ্না
সোপ সোপ সোপ।

লাইরাসিদি খোঙবীগী খোঙলজা শোল্লু নুংশিং কুমখবজুনা শিবা যৈথোকই।

শিবা যৈথোকুবা

অঁ আক হিক হিক হিক
নিক নক কৌয়ে

খৌরমদি অনাবগী খৌনাওদা শোল্লো। অহুমক শোল্লগা হুমনি যৈথোকয়ে, মঙাবক শোল্লগা মঙানি
যৈথোকয়ে।

শুম চাদনবা

শুম নখোইনা
য়ুম অসিগী উ-রা চাবা য়াদে
নখোইগী নয়া কুম্ববনি নপুজি লোইরে
মিংখৈ ফংলবনি।

মাগী পোংচংদি শেল মখাই ১ নুংমচা ১ হৈরুক পানা ২ য়াওগনি। ক্রিঁ ব্রহ্ম হায়না শুমদা মিংখৈ পিয়ু, নুংগা
শেলগনা যুমগী লোয়কমদা মখোওদা নাক য়োত্তা চপুনা হাপও শুম চাদবনি খঙও।

শোর অমসুং খোঞ্জেল ফনবা

রা ঙাংবা লাইদি হরিনে
নমিংদি হপ বৈসং কৌয়ে।

লাইশোল অসি শোন্দুনা তিল য়োংলু খোঞ্জেল ফবনে।

শোইরেন খুরুম্বা

পুম্বী হায়বগী অপুম্বী কৌয়ে
শোইরে হায়বগী শোইরেন কৌয়ে
শোরারেনগী লাইরুৱা
শোরারেনগী লাই পাখং
নপা খঙদবা খঙলে
নমা খঙদবা খঙলে
নমিংদি ক-খ কৌয়ে।

খৌরম পোংচংদি লফোই চংথোকপা অমা য়াম থন্না হাঙ্গা কেগাম অমা লাংথৈ মপোপ অহম কা মতোন
থোকপা অমা মনা অহম খুদৈ অমা। পোংশিং অসি য়াংকোক অমদা হাঙ্গা শাইজুম তাফমদা মমাবু মকোজা
হাপহন্দুনা নোংপোক ওনা লেপহল্লু। অদুগা ভাবনা গুরুগী ফনখোং ৪ য়েক্কাগা মথক্তা হায়ম্বিবা লাইশোল
অসি শোনগনি। লোইশিল্লকপদা শোনগদবদি :-

নংসু নোংদোন লাইরৈবাজা তিল্লুরো
নমা নপা শাগৈদা তিল্লগনু।

মমাগী কোক্তগী পোতু থারগা য়েংউ কেগামদা হাঙ্গদু খোংগুন তারমগনি। ইমুংদা ওনশিল্লবদি ফত্তে,
ওছোক্তবদি ফরে। পোং অদুদি নাকথগী ইচুম তাফমদা ফুম্মু। ইমুং ওনশিল্লবদি অমুক হল্লু।

শোইরেন :- মীশি চাদনা শিবা মীবুসু শোইরেন চিংই। অঙাংমৈ চংদনা শিবা, মমাগী গৰ্ডদগী শিনা পোক্তকপবুসু
শোইরেন অপুম্বী খুরুমদুনা অমুক হল্লকতনবা হোংনৈ।

শোইরেন কৌবা লাইদা কংপদি ফত্তবা তিনচা লাইতংদা কংনৈ, ফজবা পোং কংনদে।

শোর কায়বা ফনবা

শোরগী নিংখৌ শোর নুংগোইনুংদা পোকপা
হে গুরু নমিংদি শোর স্না নিংখৌবা কৌএ
হে ইবুংঙো স্না নফমলেন্দা হঞ্জিনলু
হরি হরি গোবিন্দ গোবিন্দ।

খৌরমদি অনাবা শোর কায়রবা কান্দা শোন্দুনা হোংনরবদি ফগনি।

শম ফনবা

ওঁ চেংশং-চেংশং
শম নংগী নমিংদি
শমলাবা হয়না কৌএ
ওঁ সর শাংও গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসিদি খোংনাংবোং মথক্তা তাবা মরা অদুগা চাহাও পোইবৈতোন চেংগা ফৌগা পুন্সপ তিরদুনা
শোল্লু। অদুগা ফি অপাবা অমনা য়োমলগা অমুকসু শোল্লু অদুগা চেংই চুফদা থাতৌ অদুগা অমুকসু শোল্লু
অদুগা চেংইংদু লুজৌ শম শাংগনি। মতম খরা কুইনা তৌগনি।

শমজাবীগী লাইহংলোন

কংশা নিংখৌগী মচলনা, লাইজ ঈশিং শোকে হয়না পুমলেন্দা কুন্সকপদা য়েকম তবেং পোকে। অদু উবদা
ইকাইবনা ফুম খরা থারগা হাপচিল্লে, মথক্তা ফুম খবা কুপুনা থনমলে। অদুগা ঈশিং শোকেগা লাকলে।
মতম খরা লৈরগা য়েকম তরেং অদুনা জিব ওল্লাবা কান্দা চানিংঙাই থরুঙাই লৈতদুনা য়ায়া বারে। অদুদি
ইমাগী মনাজ্ঞা চানবা নিকশি হয়না লাকলে। য়মানা হয় নথোয় তরেংকী নচিঞ্জাক্তি, হয়ং তাইবং মীনা
নখোই তরেংকীনি হয়দুনা কবোক নাচল ৭ হৈরম ৭ লৈরম ৭ তৌ মতোল ৭ ছপ মতোল ৭ থরোই
অহান্বা, ঙাচক কোমোন, ইন মচেং অমা য়াওনা শরুক পিরকপদা অদু চাউ অদুগা হল্পু, অদুদা হল্পবদি নমা
ঐগী ইকোক চাবা শকউ। হয়খিবা অদু পিরবনি হয়না ঈশিংদা থাদোকউ ফগনি।

খৌরমদি শমজাবীনা নারবা ইরাই খোংলাই চুরবদা পোংচংশিং অসিগা লোয়ননা শোন্দুনা ঈশিংদা
থাদোকনি। অনাবা অদু ফগনি।

শম শাংনবা লাইরা

ওঁ চেংশং চেংশং

শম নংগী নমিংদি

শমলাবা হায়না কৌয়ে

ওঁ সর শাংও গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি খোংনাংবোত মথক্কাগী তাবা মরা অদুগা চাহাও পোইরৈতোন চেংগা ফৌগা মখোই পুম্মক পুন্নপ তিন্দুনা শোল্লু। অদুগা ফি অপাবা অমনা য়োন্নগা অমুকসু শোল্লু। অদুগা চেংহি চুম্দা ধাদৌ অদুগা অমুকসু শোল্লু। অদুগা চেংহি লু শম শাংগনি। মতম খরা কুইনা তৌ।

শল ঙাওবা ফানবা

লৈপুং শলদি অরেন্সা

লাংলেম শলসু অরেন্সা

শা-তেরো শল-তেরো

মনি কোল কোল।

শল ঙাওবা ফৈবা তৌরকপা ফাজিন পুনশিনবদা লাইশোল অসি শিজিন্নবা য়াই।

শলাই পোকপা মমা

মঙাংপোকপা মমাদি য়ুময়াই য়োহেনবী

লুৱাংপোকপা মমাদি য়ুময়াই মিতমবী

খুম্নপোকপা মমাদি য়ুময়াই লৈমা কোনশারেন্সী

অঙোম পোকপা মমাদি য়ুময়াই শিন্নাইবী

মোইরাংপোকপা মমাদি য়ুময়াই থেংয়ালেস্বী

খাবা ঙানবা পোকপা মমাদি য়ুময়াই লৈখোংলেস্বী

খাবা চেংলৈবা পোকপা মমাদি য়ুময়াই ৱায়েনবী কৌয়ে।

ৱাহৈশিং অসি হায়দুনা অমুক য়াহৌবদা খুরুন্মু।

শল-লাবা হন চংবগী

পাঙন লুশায়াই শেন্দেই চাদবা
 পাঙন নরো শেন্দেই চাবা
 পাঙন খুমী শেন্দেই চাবা
 নখেই চুম্মী চুমদে শাখি খঙনসি
 শোয়বা যাদে।

খৌরমদি ফিদা ওইরবসু শোন্দুনা মঙকশমদা শিবীয়ু।

শলৈবান

খোয়দৌদি শুরুংনে
 শুরুংদি লাইরুনে
 লৈ-খেং খেংথোকও

লাইশোল অসি খুংনিংখৌদা শোল্লগা খুয়া অনিদা তকও ফৈ।

হাওবোংবম নংগী নপুশিংগী খ্বাঙ অহলবা কৌএ
 নপু অতোলবগী মমিংদি খ্বাঙ তনৌবা কৌএ।
 কুমথরো নাস্থরো শেংথরো শেংথরো।

লাইশোল অসিদি অমুবা শলৈবান্দা হৈক্রমান মনাদা শোল্লগা খুয়া অনি খুবাক অনিদা তকও ফৈ। অঙাংবা শলৈবান্দা খোইদিং অমুবগী থাওদা শোল্লগা লৈদা তৈও ফৈ।

লাইওংদি লৈ থাগতুনা নাবনি, লৈ নাবদা খোইহিদা মথকী লাইশোল অসি শোল্লগা তৈবা লৈ-ফৈ। নত্রগা খোকউগী মকু, যোংচাক মকু, হৈনীংমকু অহুম অসি ফুংলগা চিন তেংথোকউ ফবনি।

শলৈবান্না নাবগী

ওঁ শলৈবানগী লৈতোন্দা লৈবা লাইদি রাংব্রেমে
 লৈয়েংদা লৈবদি লৈনাওতাবীনে
 খৌচেংদা লৈবদি লাইখুরেন্নীনে
 লৈখাদি লাইখুরেন্নীনে
 খম্বুং সকোং লৈখেংপা খেংতোকও।

লাইশোল অসিদি ঈশিংদা শোন্দুনা পিথকও ফৈয়ে। লাইওংদি :- চিন লৈ থাগতুনা নাবনি।

শলৈবান্না নাবগী

লৈচাবী নমিংদি হিংচাবী কৌএ
গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি শলৈবান্না নাবদা ঈগিংদা শোল্লগা পিথকও।

শ্রী ওঁ অমরক কারে অমরক খারে
অমরক শিরে হো-ব-সি-সে

লাইশোল অসি খোইদৌদা শোলও শলৈবান ফবনে।



হকচাং কংবা নোয়নবা

ওঁ কালিকা ওঁ কালিকা ওঁ কালিকা
শাদিংশানোই শাবেংশানোই তেংবী শানোই
ওঁ কালিকা ওঁ কালিকা ওঁ কালিকা।

লাইশোল অসি অহানবা চাক চাবা হৌরকপগী চাখোম মঙাদা চাখোম খুদিংগী শোল্লগা চাগনি। মতম
খরা শাংনা তৌরবাদি হকচাং ময়াংকংবা নোইগনি।

হকচাং কংনবা

মীশা কংও থরোই কংও
লৈবাক কংও নিংথৌ কংও
হো কংও রো কংও সো কংও
ব্রহ্ম কংও ব্রহ্ম চাকও ব্রহ্ম কংও
মোইরাং শাকংরানে গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসিদি ঈ-না চাওরগা ওমু লৈরৌদা শোন্দুনা চাও হকচাং কংবনে।

হকচাং ঙাক্লুবা

হাই হৌদোং মিৎলাও
হৌদোং মিৎখু হল্পু হাই
গুরুগী য়াথংনি।

খৌরমদি খাজবা মী অদু উবদা সেক্রাক য়েংলোম ওইরোমদা শোন্দুনা কামথোকও। তুং ওইনা মীনা
খাজিনবা ওমদে।

হকচাং থিংনা নাবনচিংবা

ই লুনা তেঙ্লা তোংনা শম
তোংনা তেঙ্লা লুনা শম
লু-তোং অনিমকী নমিংদি
শিংলি নাওতা তরেংমকনে
শিংলি নাওতা তরেংমকী নমিংদি
ঈরম তরেংমক্রে
ঈরম তরেংমকী নমিংদি
ফানপ ফানপ নপ নপ ফাচল্লো।

লাইশোল অসিদি ফৈ তাবা, হকচাংথিংপা, চাংবদা খুত্তা শোল্লগা নাল্লু।

হকচাং নোইথোক চাওথোকপা হম্বনবা

মোইরাং লৈখোঙ কায়বা ব্রানে
হে থাংজিং মোইরাং ঈখোস্বা ঈ-চিংথবা লাই
নংচিংথরো গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসি ঈরুজরগা তুলসী মচুমদা শোল্লগা থক্কনি, মতম শাংনা তৌগনি।

নত্রগা

শারিদি যুরিদি যুকং কং
শাকং কং মোইরাং শাকংব্রানে।

লাইশোল অসি চাক চারমদাইগী ঈশিং খরা থকপদা শোন্দুনা থক্কনি।

হকচাং ময়েং তাদনবা

লুপা স্নানি ফিনা য়োংনি
চিংগাংবা মপু মনাই বানে
গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসিদি লম অমদা চংলবসু হকচাংদা শোল্লু ময়েং তাদে।

হকচাং পাজন কমবা

লিঙ্গ নংগী নমিংদি
কোইহিলং নম কোই
রাংলেন পুংমাই নমফরোই
তরেং শেলফাং পায়ফরোই
রাংলেন পুংমাই তিং-তিং
তিংখংলো।

লাইশোল অসি নুপীনা শোনবদা লিঙ্গিনি হায়না শিজিন্নগনি। চাক তোকপগী খুং হান্সগা খুদোন মঙাদা
শোল্লগা চুপুনা তিল য়োংশিল্লো ফবী ফৈয়ে।

হকচাং ফনবা

ঈশিং ঈচাও নংনা
নরা কংবদি করি মতাংগীনো
ঈচেন থোইবীমু ঈরাকুবীমু।

লাইশোল অসি শঙ্কোম অনৌবদা শোল্লগা থকপদা হকচাং ফৈ।

হকচাং শাজেল

হে ইন্দ্রিগী পাখংবা
কোরৌ নোংদোল লাইজলিল্লানা কংদ্রিঙেদা
হে ইন্দ্রিগী পাখংবা নংসু কংফরোই
গুরুগী য়াথংনি।
হয়া তিং তিং তিং।

লাইশোল অসি শোন্দুনা পান্বেম অনি তিংথোজুনা শামৌ হকচাং ফৈ।

হিকাপ যাইকাপ খঙনবা

হোং হোং গুরুগী য়াথংনি।

লাইশোল অসি য়েপ্লেম মকা অহিংবদা শোল্লগা পিজবদা চম্বদি ফৈ, খাবা, শিনবা, লেঙবা হিকাপ যাইকাপ (যাদু) লৈ খঙও।

হিংচাবী চংলবদি

অঁ তালুং অঁ তালুংপা
অঁ তালুং অঁ তালুংপা
লুং তালুং স্বাকা
নাংথি তাং থাখায়ি
পেথি থিপা নাথিথি স্বাহা।

খৌরমদি তেংকোংতা ঈশিং হাপ্পগা লাইশোল অসি কুছুতবেংলক শোল্লগা মমায় মমিং মশা পুম্মক তৈও।
অরেম্বদি য়েমাখাদা হৈদোকও ফবনে।

হিংচাবীনা নাবদা শোল্লবা

হিংচাবী নমা পিতোংনু নপা পিয়াইনু হৈয়াইনু কোয়ে
সাহিং চাফদে গাহিং থকফদে সহিং
চেংপি মোনুপি মোলসামপি তোকেমৈসোমপি
শ্রা অঙাওবি অঁ জাথা অঁ জাফা অঁ জারা ৭।

অমদি :- আরম ক্রাই হুং ক্রাই হুং
হারেং হারেং হাতো হাতো
ফারাল ওইরো রো হাল
তোরো তারাল খুংতিল নম :
উংমাল উংমাল হুংথৈ হুংথৈ।

লাইশোল অনিসীদি হিংচাবীনা নাবদা শোল্লো ফবনে।

লাইনা মওংদি লু য়াং থেক্লা নাবা কপ্লা লাওবনচিংবা জৌই, লাইনা অসিবু নুংশিং চংবা নত্রগা হিংচাবী চংবা
হায়না খঙনৈ।

ছইকপলাই-শকপলাই

ছইকপলাই শকপলাই

কিয়াম নমুজম লাই

কৌক্র মচা অতোম্বা নংগী নমিংদি

ওঁ কফিয়োগা ফিয়োগা

ফিয়োগা কফিয়োগা।

লাইওং অমসুং খৌরমদি ছইনা শোর হোনবদৌনা নাই। লৈ অমদা শোল্লগা অনাবগী মশাদা নাল্লগা লৈ
অদু কৌক্রদা কথোকপা ফৈ। নত্রগা রাইহে অসি হায়দুনা কৌক্রদা অথুম অহাও কংলবসু ফৈ।

ছনি খুরুম্বা

মায়কৈ মরিমক, শুংদাই নিপানমক, যোগি থাগি নবগ্রহ মাপলমক, অপ্রা তরেৎমক নখোয় পুম্বমজ্ঞা খুরুমজরি।
ননাইগী মিৎয়েৎনা নোংমাইজিংনি, মিৎওইনা নিংখৌকাবনি, নাকোংয়েৎনা লৈপাকপোকপনি, নাকোং,
ওইনা যুমশকৈশনি। নাতোন য়েৎনা শগোলশেলনি, নাতোন ওইনা ইরাইনি, য়ানা থাংজনি, কেতুনা
ঈশিং থোঙনি, রারছনা অমাংথোঙনি। হে ছনিদেব ইবুংঙো নঙোন্দা কংচরিবনি।

পোংলম চৈরমদি ফিরাল অঙাংবা ১ খোইরু থাওমৈ ১ হৈরুক ১ পানা ১ দক্ষিণা ১ চাক য়েনশাং
ঙাথোংবা ১ ইরোনবা ১ চমফুৎ ১ ইমুং কারন্দা খুরুমজরগা মী অদুনা চাগনি। অরেম্বদু অতোম্বা মীনা
চাবা যাদে।

লাইশোল অসি খুবাক্তা শোল্ল চুল্লগা য়োংশিল্ল লমদা শিরোই খঙও।

ছরানবা চংদনবা

নোংমাই শুম্বা নিংখৌ মচা শুম্বো

রাবা নিংখৌমচা শুম্বো

উখোই রাখোই শুম্বো

পরৈ খোইহোং লাই শুম্বো

খোইবিখোই নাওফমখোই শুমহংলো।

খৌরমদি তুল্লমদাইদা খুবাক্তা শোল্লগা ফম্বেনগী উখোকতেন্দা হফৎনা নাল্লো। নিতিগী শামৌ ছরানবা
চংবা ঙলোই।

নাকথ নিংখৌ অপানবা
থরাইগী চেংবোন মিসিগী কাওরোং ওইরিবা
হৌদোং মকোক ছরানবা লাক্লে।

লাইশোল অসি তুল্লমদাইদা অরাংথংবা য়েলখাদা লেগুনা মাইনোংপোক ওল্লগা অহ্লক শোল্লো ছরানবা
চংবা ওল্লোই।

হেলোই ওকুবগী

ইবেম্মা নংবু তাইবং মীওইবনা খংদবা উদবদগী মাইয়োক থাবমনরুরে। অদুনা তাইবং মীগী মশাদা
তেনবাল্লে। হৌজিক্তি ইবেম্মা থাদোকপিনবা অরাবা কোকপিনবা হায়দুনা ইবেম্মগী চিঞ্জাক পিজরিবা অসি
ফংবিবো।

পোংচংদি লা লাতেন ১ দা ফলা হাপকনি, হৈক্ক তাঙ্গা ১ পানা তাঙ্গ ১, খোইক্ক থাংমৈ ১, থেংনরুবা
মীদুগী মাঙদা থমগনি, অদুগা মথক্কী রাসি হায়গনি।

ক্লী-ক্লী ৭ রক হায়দুনা পোং অদু রাখনা চাহনগনি। রাইহসি হায়রিঙৈদা চাহনগনি। লোইরগা কোল্হোংরাংমদা
থাদোকউগনি। অসি ওইরবদি অরাবদু কোকই।

হেলোই লমলৈমা ওকুবগী

বাতা সরিলয়া কেবোল লরে হরি হবি
খোংবাল লুকাং চেপহৈবী
কাংখদবু লৈবরা, ফমথক্তবু লৈবরা ?
কাচলদবু লৈবরা, সন্দংখাদবু লৈবরা ?
থোঙজিল ময়াদা লৈবরা ?
হাই-হাই থোক্কল্লে, অমুবী অমুবা।

খৌরমদি হেল্লোই লমলৈমা ওকুবদনা ঙাওনা ফৈনা নারবদি, চেং হায়ুক য়াইঙং তোংলো, খুংতা পায়য়ো।
লাইশোল অসি শোন্দনা শোন্দনা চাইও ফবনে।

হৌগং কাংখংপা ওমদবগী

কুমাইসং কুমাইকুপ
কুমাইরেং কুমাইসোন
উংমং মনিক।

মশা শোঞ্জন্দুনা হৌগং কাংখংপা ওমদনা নারবদা লাইরা অসি মশা শিনবা থুংনা শোনবীয়ু ফবনে।

হল লৈবগী

পক্কা হৈবী লখী তাইবেন
পোবাজাও শনৈবী খাঙেন।

নত্রগা,

খম্মু খাঙেন কালিখোংনাং
উখোব খোংনাং।

মী নত্রগা শাদা তিনখোংবদা লাইশোল অসি পোং অমদা ইবগা শিববদি তিনখোংবা ফৈ অমসুং তিন শি।



য়া নাবগী

যা নংবুদি লৈনা পোকপনি
লৈনা লেঙদনা যা নংসু লেঙফবোই
গুরুগী যাথংনে।

খৌবমদি যাহৌবদা লৈনা যাদা ৩ লক তরুগা যা চিকশিন্দনা তিল যোং শিল্লো। খোঙ লৈবাক তাদ্রিঙৈদা
তৌও যা নাবা ফবনে অহ্মলক তৌও। ফিথুপ ৭ লক থুপ্পগা লাইশোল অসি ৩ লক শোল্লগা যা নাবদু
চিকশিল্লো চেংনা ফবনে।

তিন নংগী নমিংদি মি: ক্রক কৌই
যা নংগী নমিংদি নিংখোজাগী শোইউনি।

লাইশোল অসি থুমদা শোল্লগা যাদা শিৎলু, যান্না চিকুনা পোল্লগা কুন্দো অঙৌবা মনা ৭ নুংশা হোন্দনা
হেৰুগা শুগাইবগা নপট ফবনি।

ম্মা লৈচিক লৈহনবী
ম্মা লৈতোং হু হু
হুকচিনবীযু হুপনৌ তনৌবী
গুরুগী যাথংনি চেংশিনবীযু
হং হং (চিকপা)।

খৌবমদি ফিজিদা শোল্লগা হং হং হাযদুনা যানা কমা চিকশিনগনি।

য়া নাবগী

শ্রী পল্লি নহক্তি চুকী পল্লোমি
সোরারেন্দগী কদেং চান্নাইবা কুন্ডুহুদোইনি
জন্মগী পিথোরকপা ইপুঙ্গি ফাওবা
অতিয়া গুরু শিদবনা পিরকপনি
ইমা লৈমরেন শিদবীনা
খুম খুম্বা রানে লেঙফরোই।

লাইশোল অসি লশিংদা অল্লুক শোল্লগা যাদ নপও, য়া নাবা ফবনি।

ওঁ হুঁ নপ নপশিল্লো
গুরুগী যাথংনে।

লাইশোল অসি কা চাবদা শোন্দনা চাও য়া নাবা ফবনে।

য়া নাবগী

কৌক্রগী হুইগী ময়াদি
ন্না যাংবা তাওবা
হুইগী মমানা যাতে লৈবী
তিনগী মমিংদি
তিনশিয়েন তিনমৈকক কৌএ।

লাইশোল অসিদি য়া নাবদা তোইনা শোনবীয়ু ফবনি।

য়া নাবা চিকপা

শৌ উচিক শৌ উয়ুং
লৈ নংদি য়াওরোইবনি
য়াগী ফত্ত হাওদি শেংদোকপনি
গুরুগী যাথংনি।
লৈশাং হিদিন পোরোংথোক
পোংহিদিন শরুচিক
চিক চিকশিল্লু।

লাইশোল অসি শোন্দুনা য়া চিকশিন্দুনা শামরবাদি য়া নাবা ফৈ।

য়াং নাবগী

হৈয়ুম য়াংতেকপা য়াংচুম্বা
লাইরেন য়াংতেকপা য়াংচুম্বা
হৈয়ুম য়াংনা তেঙ্কে
লাইরেল য়াংনা শিল্লু
হো প্রিক হো প্রিক
গুরুগী য়াংথনি।

খৌরমদি লাইশোল অসি খুত্তা অহ্নক শোল্লগা নাল্লু য়াং নাবা ফবনে।

য়াফমদা য়াংদা পক্লা নারবদি

নুংকুপলে তামাইবেং।

লাইশোল অসি নাতেন্দা শোন্দুনা কামও ফৈ।

য়ম্মা চানিঙবগী

থাপ-থাপ থাপী লৈয়োম্বু
থাপ-থাপ থাপী লমসুংনু।

লাইশোল অসিদি চানিঙবা য়াম্মা পোক্তুনা খাঙবা রাববদি চাবা যাবা পোংতা শোন্দুনা চাওফৈ।

মুমগী য়াত্রা খুরুম্বা

নোংপোক চিংনিংথৌ অপানবগী মচা
মমা ইরোক লাইজম গানবীনা পোকপা
নমিংদি রাহোংনিংথৌ ইনোংথৌ
চিংম্মা য়োইরেনবা কৌই
উ-নংগী নমিংনে
গুসি মথৈ ফত্তবা তৌফবোই
অফবা পুশিল্লকও
অতিয়া গুরুশিদবগী য়াংথনে।

পোংলম লং অহিংবা ৬ থাউমৈ ১ হৈকক ১ পানা তাম্মা ১ দক্ষিণা ১ তুলসি মনা ৮ যাওগনি।

মুমদা উয়েন শৌবা

হে ব্রান্দং লাবও

নংগী নঙাল নশানা

অফবা কুবিগে হায়না

শৌগৎলকপনে

ননাইনা তাংজসুনো।

পোংয়াওদি কোনয়াই পু ১ চেং য়েকম হৈ লৈ পানা কা পুম্মক উয়েল মখোংদা থাবগা খুক্মগনি। ফন্তবা কোজুনা অফবা ফংই। লাই খুক্মুসা মতুংদা উয়েল অদু চাবা যাবা ওইবগা চাগনি যাদ্রগা হুন্দোকখিনি।

মুমদ থুম শৌবা

কাসা নোংথৌ লাইরেন্মা ও

লোইনু থুগ্বী ও

তাংজা শমপোকতবি-ও

থিরেন থানাইদবী

লৈনুংচিরিবী পিরিংনু মাইবেংহৌবী

নংনা ননাইবু য়োকপিগে

হায়দুনা লাকপিরে

ননাইবু চাক-লন কুবিও।

খৌরম পোংলম চৈজংদি মুমদা লৈশৌ শৌবগা পাংখক অমত্তনি।

মুমদা ফন্তা চঙদনবা (মুমকল্লোম্বে)

চিংখৈদা লৈবা অঙৌবা লাই হুকতু

কৌক্রদা লৈবা অমুবা লাই হুকতু

মোইরাং লাইচিদা লৈবা ঙাংনা লাংবা হুকতু

মৈরমদা লৈবা লাইঅঙাংবা হুকতু

খৌরমদি নুমিদাংরাইরমদা মায়টেক মরিসিদা লৈতুম মরিদা শোল্লগা হুন্দোকখিনি। মুমদা ফন্তবা চঙলোই।

য়ুমদা লিন চংবা

লিনসুক লিন্দেংও চিংলাই তমলাইও
হংকোক নরিনও থেঙ্কুও
নখোয়বু য়ুমদা চঙউ তমদে
লহান্দা খুমনিংথৌ কোকপগী শাইয়োম্লে।

খৌরমদি :-

- ক) কস্মি ৭ তা কবোক হাপও, কবোক অরেম্বা খরনা লিন শাও, লা লাতোন অমদা হাপও, শেল ৭
লিনগী মমাওদা থা-ও য়েকম ৭ হাপও।
খ) য়েকম অহান্না ৭ তা চেং হাপউ, মোইথাপ তরেংনা পুলও, শেল ৭ হাপও।
গ) য়ান্না লিন অমা শাও, চাক খরা য়াও।

পোৎলম পুম্মকসি ইমুংদা লাংদুনা থল্লগা মথক্কী লাইশোল অসি শোন্দুনা পোৎ পুম্মক মপান্দা পুথোকুনা
থোক্কনি। (ক) গী পোৎলমনা শাবন যাঙবীদা লেং-শানা থমগনি। (খ) গী পোৎলমনা লমলোঙদা
থনমগনি। (গ) গী পোৎলমনা মপান্দা কোম অমা তৌরগা মনুংদা থমগনি। চাকনা মমাওদা খরগা
ফুমগনি। হল্লক্কগা শুমাওদা চীন তেংথোক্কনি। শেংলকপা ফি থাং মপান্দা হুন্দোক্কনি অদুনা লাইশোন্দি
লাইহংলোন শোনগনি। অদু ওইরবদি ইমুংদা লিন চঙবগী ফত্তবা কোকই।

য়োং লাইদি

য়োংলাইদি :- যোংনা নমনা শোল্লো, শন্দং মশিংথা, লাইবেল মশিংথা, নোংমৈ তাস্কেই ও মা তোত্তুনা
লাইশোল অসি শোন্দুনা তৈয়ো। লাইশোন্দি :-

খমলাংবা যোৎপোকপা
য়োৎপু চাকেম শাইবাগুম শাইবাও
নুংবু শুনু তুন্লগুম তুন্না-ও
ওম সেং। (য়া চিক্লা শোল্লো)

য়ুমদা লৈশৌ শৌবা

লৈরিংলেন অপোকপা ও
নহাক্কী নমিংদি অসিনে
লৈকিংলেন লাইও চংফরোইয়ে
লৈরেন নংনা তাঙ্কোকলক ও
লৈপুৱেন নংনা পুথোকলক ও।

খৌরমদি লৈশৌ শৌবা থুম শৌবা হায়বাদি থুম চফুদা থুয়াল কাবা অনি অসি পোংলম মাইম রাই
খেমবদনি।

পোংলমদি কোনয়াই পু ১ য়োং ফিরাং ২ শেল ২ চেং য়েকুম হৈ লৈ পানা কা লৈশং হৈ মনম নাইবা চংই।
উতংরানা খরাই ৯ শারগা মদুদা লোশেং লারোন ৭ থাও অদুগা পোংলম পুম্মক হাপও অদুগা লোশেং
লারোন ৭ খরাই মখাদা থাও অদুগা মথকী পোংলম পুম্মকসু থাও অদুগা মাগী মাগী লাইগী লাইশোন্দু
শোন্দুনা পোং কতুনা খুক্রমগনি। অদু ওইরবাদি অরা অনা কোতুনা নুংঙাই যাইফবা ফংই।

য়েন কনখংনবা

তোম্বা ঐগী য়েনশিনলাং
শিদয়েন নাদয়েন য়েন হিংও
গুরুগী যাথংনে।

খৌরমদি শামগদৌবিবা মী মীদুগী মশাগী মমিং হায়বগা শোনগনি। লাইশোল অসিদি য়েংকী খুবাক্তা অহুমক
শোল্লগা তিদোলদগী তিখোঙফাওবা নান্হৌ তি য়ংবনে।

য়েন চাওনবা

র-র-র-কক, র-র-র-কক, র-র-র-কক
রে-রে-রে, কোন-কোন-কোন, হিংস কৌয়ে।

লাইশোল অসি য়েংকী খুং মঙামক্তা শোন্দুনা চিংশিল্লু অদুগা খুদোন ৫ মক চুল্লো য়েন চাওবনে।

য়েন ফনবা

কৌরুনা কারিঙে য়েন কাসি
শজিকনা কারিঙে য়েন কাসি
লিঙ্কাতা লিঙ্কাতিক তেংখংলসি
ওসি কৌবা গুরুগী যাথংনি।

খৌরমদি চাক চদুম অহুমদা অমুক অমুক শোল্লগা য়োংলু য়েন-খাতুনচিংবা ফৈ।

য়েল্লোন ফস্বী শিদিনবা

লিক্লা চার লিক্লাসং
তনৌলেঙ তনৌশং
অহিং লিক্লা তাক্তবী
নুংখিল লিক্লা কংদবী
নুমিং খোইরি শিছুরো
থা-খোইরি নাস্তুরো
গুরুগী য়াথংনি।

খৌবম অয়ুক অঙনবদা তিংখৌ মতোন্দগী লিক্লা লৌবগা নুমিত্তা কংলু অদুগা লাইরা আসি শোল্লগা থকউ ফবনি।

য়েন হঞ্জিম্বা

এনঙ্গা আনঙ্গা

লাইশোল অসিদি লৈতোন্নো ভৌপাক্তা ওতুনা শোল্লগা তিন যোংলু, যেন হনজিনবনে লুনা তৌ।



ব্রা ঙাংদবা ঙাংনবা

ওঁ মি-মি মপু চাবাইবা মীয়ানথাং
লৈকংলাবা চিবাই কংসু সবা
ওঁ তুরং খাইবোক শেকাং থিয়ান সেং
হবিকং হরিকং সুকং গুরুগী য়াথংনে।

লাইশোল অসিদি পেকক মনা তবৎতা শোল্লগা চাববদি ব্রা ঙাংদবা ঙাংই ফৈ।

ব্রানা নাবা

ব্রানা নাবা হীদাক্তি :- হৈনিঙ থাকও, চাকথাক্তি ওয়ু ওইববসুঙ ঙানোই ওইববসুঙ মপুম এ না নুমিংপু নিও। ঈশিং সাইচুমদা লাভুং ১ থাও চেং খরা লাংথ্রে মপোপ এ হাপও। মমিংদি - লাইয়িংখৌ ঙাঙতরংপা-ও অসিগী নুমিং মথৈ ফবীও।

রাস্তবদা শোমবা

ওঁ ঙাও-ঙাও-ঙাও য়েকতিং
চি চি চি রি রি কুমথরো
গুরুগী য়াথংনে।

লাইরা অসি কনাগুম্বা মী অমা রাস্তবদি লৌরাইদা শোল্লু ফৈ।

রা মপাল শাবা

মঙাং গুরু শিদবা লুবাং গুরু শিদবা
খুমন গুরু শিদবা গুরু অহুমা থাবা বানে
লাংলেন কোংয়াং চাম্মা গুরু অহুমা থাবনে
রা নংনা মপাল শাংলগা গুরু অহুমা মই ফংই
গুরু অহুমা মই ফংববু ননাই ঐখোয় ফংজবগে।

খৌরমদি লৈপাকপোকপা নুমিত্তা রা মপাল শাংপা মখোঙদা রাই তৈথোক্লুগা হৈরুক অমা পানা তাক্সা অমা
খোইরু থাংমৈ অমা ফোলা খরা থাদুনা গুরু অহুমা কংলগা লাইশোল অসি শোন্দুনা খুকলুদি অফবা
মঙ্গল ওই।

রা মপাল শাবদা খুরুলুবা

তাইবংপানবা মপু গুরুনা রা নংবু
তাইবং মীগী অরাবা পুই হায়বগী
নমিং রা কৌয়ে রা নংদি নপাল শাদে
নংনা নপাল শাবদি মই পিরম্মো হায়
গুরুনা হায়রন্বা য়াথংনি মই পিরম্মো।

পোংলমদি :- হৈরুক তাক্সা পানা তাক্সা কবোক অহাও অখুম কংলো হরিনাম অহুমক শোল্লো। কংলিবা
পোং অদুদি চাগে হায়বা মী অমঙনা চাও অনি শুনা চাইদে।

রা লোঙবা, লফু লোঙবা, উমিং উতাংদা শৌবগী

লমলেম্মু অনি থোকও তুনেম্মু অহুম থোকও
তম্পাক লৈমুরোন্দি লোন তরেংমকও

লৈহাওলোনবু লোন তবেৎমকও
 ছপলাগা হাবাগা তিংখৌগা কোদ্দেগা
 শেন্সাংগা পোক্লিবীও শাৎলিবীও
 অকু অয়েনবীও শাদুক শাঙাংগা
 শায়ু লৈরাংগা নুংওক পাইবংগা
 খৈরৌই যুপেংগা তেংশিং নাওশংগা
 য়োংমু য়োংশেলগা পোক্লিবীও অকুবেন্দিও
 চজাঙ্কা চহাওগা মোবশি নাওবেমতোনগা
 ফৌবৈমা ফৌনিংখৌগা পোক্লিবীও
 চংবী লায়ুং লায়াই লাগা
 কাইবং থুমযোম লাগা পোক্লিবীও
 লিরাগা লোংরাগা পোক্লিবীও।

খৌবমদি লোঙলিবা পোং অদুগী মখোঙদা রাই তৈখোক্কাগা কোনযাই হুন্লু অদুগা চেং য়েকম হৈ লৈ পানা
 কা য়োং ফিরাল ২ শেল ২ অসি থাদুনা মথক্কী লাইশোল অসি শোন্দুনা খুকমগনি। লাইশোলগী লোইবকপদা
 ইমুং মনুংগী ওইবা হায়নীংবা রাই হায়গনি।



থারোন

হৌজিক্তি তুবি য়োইনোংতা নোংদা লাইরেন পাখংবদগী হৌনরকপা মৈতৈ পোইবৈনা হয়ি চক, হয়ি চক, খুনুং চক, লাংবচক, চক মরিমজা চংনরকপা লীচং শাজংপু মৈনরাই তাংনশমনা ইজরক্কে। মমাংঈঙদগী চংনরকপা ঈরাং থৌনি অমসুং হৌন লমচংপু ঝারীশীংবুন, লাইরা তীনরা তিনশোন লাইশোন, তেংথা নারাই পুম্মকপু খংদবা মপা লাক উদবা মমি তম্মা ইজবক্কে।

হয়াহে, হে লোইদাম থাজা পাখংবা, কুমজা মকবা আইতে হুইয়েনয়াই নুংনাং য়াইবিরেন শিদবা, য়ারা থানিংথৌ মঙান লীকলা উনগোইনা হুইক্র মপোপ চাউ তিংগোই লীকলা মনারেকনা য়াই। থৌরাই নিংসা হোল্লিবা অচংপা চত্তবা পুম্মক্কী পাজ্জল তেংপাং য়াইমকম। লোইদাম থাজা কোল্লোয় মমিংথোন তরানিথোইমক্তি নমু পোং ওইবগী হৌন মবমচং লোইদাম থাজা চৈহৌথা থবি থা-ও কৌবদি কদোনোংগীনো ? খোইয়ুম নোংদমলিবা লাইয়িংথৌনা য়োয়বু খোইমোম লাইবেস্মনা মলেম তম্পাক লৈমরেন শিদবীনা। তাইবং নোংশাপান পুম্মক্কী তাউজিং হৈরম থাবিবা শংলৌ যেনলম থারিবা মক পুম্মকপু লৈতারবগী। মালেম লৈপাক মনমসিনা থাবিবে হায়বগীদমক থবি-ও তৌনা কৌএ। থারিবা মক পুম্মনা মরা মালেম লিচংকে মপান উ নাইগে হায়বগী হৈবাং মক কায়ে হায়বগীদমক নমখাই-ও কৌএ। লোইদাম থবি লমতা থাও-তৌনা কৌএ। লোইদাম লমতা থা চৈহৌ থাগী অহানবা পানখংলকপা থাঙজা অহানবদা মৈতৈ কংলৈ সনা লৈপাক্কী অহানবা ঈরাং থৌনি হৌএ। লাইবুংথৌ মাপল লাই নুরা তরেং, উমংলাই শরোই হুমফুমাথোইমক অসি। মালেম চিথেক মবিমক, মাইকৈ নিপালমক, পোইবৈ-শুংদাই তরাতরকমক, শিংগাই হুমফুমাথোইমকতা মৈতৈ পোইবৈ নুপী নুপা পুম্মক হৌদুনা ঈরাংলে। ঈরাংপদা চত্তবা পোংচঙদি তাইবঙপানবনা চারিবা-থকলিবা পুম্মক চঙদুনা কংলগা ঈরাংলে। লাইনিং লাইশোন্দি:-

লম্মা বা তুমা বা, লমশেন বা তুশেন বা, হন বা কোকচাউ, হম্মু লাইখম, থমলাপান, লাইবাপান, চমুচট্টোপান, তোংলেং লৈশংপানগী নকুম কুম্ম কুমকাউদা নথা থাবু থাকাউদনা কুমজা তেকহৌনরকলে। থাজা নৌহৌনরকলে। হে লাইবুংথৌ মাপল, লাইনুরা তরেংমা উমংলাই শরোই হুমফুমাথোইমা অসি কোরৌ নুমিং অসিদা। নশু হেবুংথৌ হে বেস্মশিং শেল্লোয় নপাতাউ, য়াংদৌ নমোম মত্ইরোইশিংনা কচ্চরিবা অসি চাদুনা কুমসি কুমজা অসিগী ফত্তহৌদি পুম্মক্তি থরৈদা তাহনথো। অফ্ফা, নুংঙাইবা খুঞ্জাওবা, লৈচাওবা চাকহোঙবা গাহোঙবা পুম্মক্তি নদাইরেন নখুন খুনপুকলেন অসিদা পিনবি-ও কুবি-ও, য়েংবি-ও।

লমদা থাদা ঈরাংকদবা

লমদা থা তরানিথোইনি পানবদা মোইরাং শলাইগী অপোকপা খুকম্মে। মরোন পোচ্চঙদি-চিংনু লৈমনা শক্তি কোল্লে। গাংহুনথোক্তা, গাংনিংশিংগা ২ পোকএ। লমদা থা তরানিথোই পানবা থাঙজা নুমিংকী

নুমিদাং যুথক্তনি। খৌরাগ্মিচাক্তি চিংচরেইবীনে। মচুদি নাপুনা লাংবনে। নাউরোওইবীদি ঙাংশবীনে। ঈশিংদি লোক্তাকনে হৈদি কাংগ্রৌনে। লাদি খাংগ্রানে। লৈদি য়েকুমলৈনে। শীংদি কুহিনে। ঙাদি শারেং নাপুনে। মৈদি মৈথাং অহুমলকনে। নাহৈবদি নাওহিংনে। থাঙদি যেনবাতোকনে। অসুম্মা মোইরাং পোকএ। অসুম্মা মোইরাং শলাই পুম্মকরা মবুধৌগী ঈবাংলে।

লমদা থা কুমিপামি পানবদা নোংপোক সনচিংদোনপোক শেল্লোই লংমাইচিং, লংমাই হাগবরা হাদচিং, শেল্লোই নিক্কবরা নিক্তচিং, যুহানা হাদচিং যুচেংনা নিক্তচিং, তেংনৌয়োংপী হুইথা চিং। চরিক মপানথাবা, নোংথৈ মউ লিংবা, শেল্লোয় লংমাইচিংদা। অন্দ্রো খনবা পনম নিংথৌ কৈবাউ লাকপা তারিয়া রাখারাকপা শুরৈরোস্না চিংয়াই লাকপা চিংশোস্না, চিংশাংলাকপা পল্লুঙস্না লাইশিং অসিনা চুপশেন ওইরিবা। লৈকোই চিংকংলেন অসিদা নোংপোক অপানবা নোংপোক নিংথৌ মশানৌ ইবেস্মা পল্লেম পিনাইদবী পন্তৌ পানাইদবী লাইরেন কদেংঙানবা চনু রাঙ্গেন লাইনুরা অতেংবী তমপা রাংঙমলোন খাবি লেংনাউ মোস্বী নোংপোক পানথোইবী। মৈতৈ পোইরৈ হনু, হন্না, নহা নুপী পুম্মকরাচিংদুনা চিংঙু মবমবু খোইয়ুম মমায়বনা ঈবাংলি অমসুং হীরেমা, যাইরৈমা, হীমাবি, যাইমাবী, হিকুবি যাইকুবি, যাইসনা অমসুং খোইমোম শিংচাথোস্বী মুকমু লৈতোন কোনবী হুমবু নারেং শুবী লাইরিক লৈমাসু ঈরাংলি। অনম অথৌ কোকথোক চামথোকলগা, নাহৈথোক্লগা হৌনবী মতুংইন্না লাংলি।

শজিবুদা ঈরাংকদবা

লৌইদাম চিনবি শজিফোই থা-ও কৌবদি কদৌনোংগীনো ? চিংঙু মপুবেন খোইয়ুম নোংদমলিবা লাইমরুশিদবনা মালেম লৈওইবা কোরৌ নোংওইবা যাংবীশিদবগী চীবেন লাংয়েন মাপনমকপু মচী পানফোইথোকলে হায়বগী লোয়দাম শচিফোয় থা-ও তৌনা কৌএ। লৌইদাম শজিফোয় থাগী পানখংলকপা তরেংনি পানবদা কোংবা লৈথোঙফাংপা শজিফোয় লৈখুনফুনবা পাখংবা পুরৈরোস্না অনীমকপু ঈরাংলে। মফমদি কোংবদনে। লাইফম অনি অদু নকননা লৈএ। লাই অনি অদু ঈরাংপদি চিংঙু মরমবু খোইয়ুম মমাইবনা ঈরাংলি। তাইবঙ পানবনা চাবা হৌনবা পোংলম অমসুং লাই অনিগী ফিরোলসু কংলি। মসি মৈতৈ পোইরৈগী কুমগী লাকয়েন তাইবা কৌই। লাইফম অনি অদু যোংনা থাঙনা তৌদুনা য়েংলগা লৈরস্না পোংশক অদু উরগা মৈতৈ পোইরৈ লৈবাক্কী কুম অদুগী অফবা ফত্তবা খঙই। কংলিবা পোংশিং থোংলগা মাইবনা চায়। অদুগা অনা অয়েক পুকচং ইফাই খঙই। মাসি মৈতৈ লৈবাক ঐখোয়গী কুমগী লাকয়েন চৈরাউবা কৌই। মতুংদা শকাব্দ ১৪০৭ তা মৈদিংঙু ক্যান্সা নিংথৌগী সনহাক্তক্তা চৈথাবা হিয়াংলৌইনা হৌই। চৈথারিবা নিপা অদুনা নিংথৌগী সনা-মাঙদা তিনশোন লাইশোন শোন্দুনা নিংথৌগী অমসুং লৈপাক্কী ফত্তহৌদি পুরগে হায়না লাওদুনা মহাক্লা পুইএ। অদুগা কোরৌ নুমিৎ শীংবুম মঙানি থবক শুদে, শিনহেইন্নে। তরেং খোংফাং নামুংনৈএ। হরাও-কুস্মৈ তৌদুনা কাং শামদুনা নুংঙাই মথোই তোংদুনা নুমিৎ মঙানি লেলৈ।

লোইদাম শশিফোয় থা তরামঙানি পানবদা খুমন শলাইগী শিদবা মপু অপোকপা খুরুম্মে। মরোন পোচ্চঙদি মাংরাইবীদি তোনথাংনুনে, শামু কোল্লে, খুমন পোকএ। জিফোই থা তরামঙানি পানবা লৈপাকপোকপা নুমিংকি অহিংনোংয়ায়দনে। থরানমিচাক্জি থায়ায়নে নাওরোইবীদি পিয়াইনুনে, ঈশিংদি পুমলেমে। লৈদি লৈশংনে, কাকলৈনে হৈদি হৈবুংনে, মৈদি মৈথাংতরেং লৌএ। গুদি শরেং অমুবনে। লাদি চংবিনে কাকলানে, থাঙদি তোনককপনে। নাইবদি পুংফাইনে। শীংদি চাউথোংনে, মচুদি অমুবনে। নুং, পাং, উ অহুম্মক্তি পুমলেম্দি লৈএ। চান থরুবা অমদি ফিরোই শুনা কংলগা খুমন শলাই পুম্মক্লা খুমন পোকপা শিদবা মপুবু ইরাং থৌনি খাজংএ।

কালেন থাদা ঈরাংকদবা

লোইদাম কানবি কালেন থা-ও কৌবদি কদৌনোংগীনো ? ইয়ুচাচিংখোং পোইরৈতোন লৈনুংখোংফাং অতোনবনা খমলৈমিনুংকোন শরা মখুরোনগী মালেম খুনফাওরকপদা মপারি শিংদবুং তাবুং শিংমিংনবদি লরাই লেনফু থোঙজাও হাংনা কাখিরবগীদমক তাবুং শিং মিংনবদি অমনশিংকুমখিরে। অদুনোংগী নোংচু নোংশা খাঙলবগীদমক লোইদাম কালেন থা-ও তৌন কৌএ।

লোইদাম কালেন থা তরানি পানবদা গানবা শলাইগী মবুধৌ অপোকপা ইরাংলি। মরোন পোচ্চঙদি থেরেরোংবম চনুনা কৈ কোল্লে, খমচিংকোন পোকএ। কালেন থা তরানি পানবা নোংমাজিং নুমিংকী অয়ুক যুথক্তনে। মচুদি শংনা লাংএ। নাওরোইবিদি পুরোইলেমনুশুনে। ঈশিংদি লৈতাংনে। লৈদি লৈশংনে। লাদি লৈহৌরানে, মৈদি লৈখামরাইদগী লৌএ। নাইবদি নাপু নাশেমে। থাঙদি চিনাইবনে। গুদি শরেং গাঙনা লাংবনে, হৈদি হৈবানে, শীংদি চিং যেনসিলে। নুং, পাং, উ অহুম্মক্তি লৈতাংদা লৈএ। অসুম্মা গানবা পোকএ। গানবা শলাই য়ুম্নাক পুম্মক্লা মানা মানা গুমজবা চেঙ চাক যেনসাং নাপী, গা, থুম, ফিরোন পুম্মক কস্তনা ইরাং থৌনি খাজংএ। কালেন থাগী পানখংলকপা তরামঙানি পানবদা মবুধৌ পাখংবা চেঙহোংএ। পাউনম হিদেন্দগী ঈকৌখংলে। চাঙ মরমবু খোয়ুম মমাইবনা সনা লমওক শক্তুনা মাইবিনা, পেনা খোংবনা লাই থেমগংলগা লৈমা নিংথৌ লৈপাক মীয়াম ফমদৌ নিংথৌনা পুখংলে। লাইশঙ যৌরগা মাইবনা অনম-অথৌ কোকলে। নাইথোকলগা অহোংলোন শকই, পেনানা ফম্মাং খল্লি। মাইবিনা চাঙ উদবা মমিতম খোইয়ুম খঙদবা মপা লাকতুনা লাইপাউ চেল্লি। লৈপাক মীয়াম্মা হরাউকুম্মৈ তৌদুনা নুঙাই মথোই তোংএ। গুমজবা চেঙ চাক, যেনসাং নাপী, থুম, গা মশীং লাকগুমদনা কংলগা চাকচা হৈজনৈএ।

ইঙা থাদা ঈরাংকদবা

লোইদাম অশাও ইঙা থা-ও কৌবদি কদোনোংগীনো ? ইয়ুরা পোইরৈতোনগী মপারি তাবুং শিমিংনবদি অমনখমলৈ কুন্না নোংমল্লবগী চিংখোং পোরৈতোন্না ব্রাওইখিএ। ঐবুদি তাইবং মনুংওইনবা নোংদম-ও হায় করিনো ? পরি তাবুংশিমিংনবদি নোংমল্লৈ হায়বগী যাইবী মনুংহৌ তিল্লাং মখোয় শাওনা ব্রাওইখিয়ে। অদু নোংগীবু অশাও-ও তৌনা কৌএ। মপারি তাবুংশিমিংনববু মনম মশোং চাউরে, ইঙা লমজাওথা থোংলেন লৈশি নম্মা লোইদাম কুমদম থা-ও তৌনা কৌএ। লোইদাম ইঙা থাদা মৈতৈ পোইরৈ খুনগং পুন্মম্লু কুরাক লমতাইএ। কুম অদুগী থবক লৌউ-শিংউবদা মইহে চরোং ফনবা থারিবা পুন্মমক ফনবা মাগী মাগী লম খুন অদুবু কোল্লিবা খোইমোম লাইবু ইরাংপনে। অদুম তৌরগা মইহে মরোং ফৈ, অনা অয়েক, তুরৈ ইরৈ পুকচং ইফাই চন্দে। কংপা পোংতি মানা মানা কংনিংবা ওকনা য়োন্না ওনা চেঙ চাক কংলগা অঙাং হরাওনবা থোংদুনা পীজৈএ। অদুম তৌরগা চাঙু খোয়ুম লাইনা হরাওই পেনবীদুনা মানা মানা নাংলিবদু কুবীএ।

অদুগা নিংখৌজা শলাইগী মবুধৌ পাখংবা তরামঙানি পানবদা ইরাং খৌনিএ। মরোন পোংচঙুদি-লৈকক লৈয়োরেন চনুনা নুমিং কোল্লৈ। পাখংবা পোকএ। ইঙা থা তরামঙানি পানবা শগোলশেল নুমিংকী নুমিংযুংবা ওকয়াদনে। নাওরোইবিদি য়াবিরোকনে। মুচুদি অঙাঙবনে। খৌরাগ্নিচাক্তি থয়ইনে। ঈশিংদি নুংজেনে। লৈদি থম্মাল অঙাঙবনে, লাদি থম্মা খেঞ্জোংনে। হৈদি থমচেংনে। শীংদি শয়িনে, থাঙদি চকথাঙনে নাইবদি উকমনে। ওদি শরেং অঙাঙবনে। মৈদি মৈথাং তরেংনে। নুং পাং উ অহুম্মক্তি নুংজেন্দা। লৈএ। অসুম্মা নিংখৌজা শলাই পোকএ। নিংখৌজা শলাইগী মীপুম খুদিংমল্লা মানা মানা ওমজবা ফিরোন অচা-অথক কংতুনা হরাউ তয়াম্মে। অদুগা নুমিং অদুদা মবুধৌ সনামহীসু মাগী মাগী ময়ুমদা ওইরবসু মীয়াম তিন্না ওইরবসু চেঙ চাক তাইবঙপানবনা চান থকুরিবা অমসুং ফিরোল কংতুনা চেং হোঙএ। ইঙা কুমদম্মে।

ইঙেন থাদা ঈরাংকদবা

লোইদাম ইঙেন থা-ও কৌবদি কদোনোংগীনো ? ইয়ুরা চিংখোং পোইরৈতোনগী মপারি শিংঙুং শিংদুবুং তাবুংশিমিংনববু অমন কুমখিরবগী লৈনুং থোংঙারেন অহনবদা ব্রাইথুংলুরৈ হায়দবরা ? লৈনুং থোংঙারেন অহনবনা নাব্রা নঙদি কনানো হায়না পাওহংঙাম্মে। ঐদি চিংখোং পোইরৈতোনগী মপারিনে। লৈমা লৈনাউতাবী পায়মা লিনগোইগী তাবুংশিমিংনবা কৌবদি ঐনে হায়না পাওখুমখিএ। নপনদি মপারি খাইনয়াম মমোম তোকনা হকলবদি উরেপ কনানা চাখিন্না, ফমলেন কনানা লুতোংনরগবনো তাইবঙ অমরক হনব্রাইখিও হায়না মেল্লৈ স্না ব্রাহ্মইরাং মেনদোমপোকপু শীংলেন খুত্বা শুনা পাউথেমঙম্মে। খমলৈমিনুংকোন শব্রা মিখুরোনগী লেংনা যৌনা হনব্রাইরকলে। অদুনোংগীবু লোইদাম হারেং ইঙেন থা-ও তৌনা কৌএ।

লোইদাম ইঙেন থাগী তরানিথোইনি পানবা নিংথোকাবা নুমিত্তা অঙোম শল্লইগী অপোকপা খুকস্মে। মরোন পোচঙদি লাইয়িবিদি মছমনুনে, নোংলুম কোল্লে, পুরৈরোম্বা পোকএ। ইঙেন থা তরানিথোইনি পানবা নিংথোকাবা নুমিত্তী অয়ুক যুথঙুনে। থৌরান্নিচাক্তি থাদোমো। ঈশিংদি কোংবা মৈরোম্বীনে, লৈদি থরো অঙাঙবনে। মৈদি মৈবানে, হৈদি হৈবোংনে। শীংদি উপমো। থাঙদি পুককথাঙনে নাহৈবদি তাইরেমে। মচুদি অঙৌবনে, নাওরোইবীদি খাকপা নিংথৌ চনুনে। গুদি শরেং অঙৌবনে। অসুয়া অঙোম পোকএ। অঙোম পোকপা মপুৱেন শিদববু অঙোম শলাই পুম্মক্লা ইরাংলে। হৈ, লৈ, চেঙ ফিরোল গুমজবা পুয়া যাওনা কতুনা ঈরাংলে।

থরান থাদা ঈরাংকদবা

লোইদাম থৌরান থা-ও কৌবদি কদোনোংগীনো ? য়োয়বু খোইমোম লাইরেম্মা লৈমরেন শিদবীনী পাওমেনখিএ। খোইমোম লাইয়িংথৌ চিংঙু লাইমকশিদবা-ও। তাইবং মনুং ওইনবা চিংঙু নথৌজানগী উনবী মচেং হকমা ওই, লৈরাং যুমচংনববু চিংঙু নঙগী শমু নহকশাংগী হকসাংলেনবু পুঙমদ্রে হায়না তংন রান্না থাঙলস্মে। অদুনোংগীবু লোইদাম থৌরান থা-ও তৌনা কৌএ। থৌরান থাদা তংনবা নুমিৎ অমা য়েংলগা থৌরান পোংলাকপা হায়দুনা পাখংবা ঈরাংলে। কংনিংবা পোং অচা-অথক পুম্মক কংলে।

লাংবন থাদা ঈরাংকদবা

লোইদাম অচিং লাংবন থা-ও কৌবদি কদোনোংগীনো ? ইয়ুৱা চিংখোং পোইবৈতোন খোংফাং অতোনবনা মালেম খুনফাওরকঙুদা মানবী হৈরোম কাও নোংদম শল, নোংগোক চিংখং শল্লাই মানবনা থৌদুনুংখোং হাংঙুদা মপারিবু চিংমহাথারস্মে। শল্লেং তৈময়েন, অখোমশিংঙুংয়েনবু চিথবস্মে। অদু নোংগীবু লোইদাম অচিং লাংবন থা-ও তৌনা কৌএ। লাংবন থা অসিদি মৈতৈ পোইবৈ য়ুম খুদিংদা অপোকপা খুকস্মে। লাংবন চারা ছল্লে। থা চুপ্পা ঈরাংলে।

মেরা থাদা ঈরাংকদবা

লোইদাম আরে মেরা থা-ও কৌবদি কদোনোংগীনো ? লৈনুং খোংঙারেন অহনবা শরা কংলৈ পুংফাবনা চিংখোং পোইবৈতোন মপারি তাবুংশিংমিংনবদা পাওমেল্লকএ। নপন চিংখোঙ পোইবৈতোমা থৌদু নুংখোং হাংনশল, মানবী কাশোম শল, চিপংবা, চিংখং শল্লাই মানববু মরোং চৈগাতমনা কংলৈ শাঙ্গী তামৌ-ও। খোয়ুম লাই অরিববু চিংখোং নামিয়োকনা রাংবন নাশান কলা-ও হায়রকএ। অদুনোংগী লোইদাম আরে মেরা থা-ও তৌনা কৌএ। লোইদাম মেরা থাগী তরানি পানবা মেরা শন্দুবা হায়বা ঈরাংপা থৌথোক

তৌই। মদুদি নুঙ্গোইবী লাইৰেস্মদা শা শন্দং কংতুনা ঈৰাংলগা লোইবী চিংবুরোইবা হেন্মা তস্মু থনবা পুন্ন
মত্তা পীজদুনা হরাও কুস্মৈ তৌই। মেৰা হাও-চোংবা কৌই। নিংখৌগী অফবা যাত্ৰাসু ওই। নিংখৌগী
অঙম অখৌনা চিংনুংৰাদি নোস্কেবী, চেকলা খৌৰৈ বাকস্মোংবু ৰাইৰা শাবু ওই। ছ্যেন লানবু ওইনা
ফাৰগা লাইৰেস্মা নুঙ্গোইবীদা ছ্যেন লাল্লুচল্লে। অদুগা মবুধৌ নোংশাবদা, মবুধৌ পাখংবদা, মবেছৌ
মোংবা থাঙ্গা য়ুমজাওলৈমদা চিংঙু মরমবু খেইয়ুম মমাইবনা ছ্যেন লানপাউ তস্মৈ। অদুগা হরাও কুস্মৈ
থাঙ তাগী কুস্মৈ তৌই। মতুংদা মৈদিংঙু ময়াস্বগী সনাহাকথক্তগী নুমিং অদুদা কাকী চানবা মচিঞ্জাক থাকলগা
কাক্কা পাইখিবা মাইকৈ য়েংদুনা অফবা-ফত্তবা য়েংই। কাক-তানবা হ্যনা মিংহ্লি।

হিয়াংগৈ থাদা ঈৰাংকদবা

লোইদাম চিকথম হিয়াংগৈ থা-ও কৌবিদি কদোনোংগীনো ? খেইয়ুম লাইমক অসুপ্পা কৌবৰেন শিদবনা
মালেম লৈশেম্ববু মালেম লৈৰেপফা কোৰৌ নোংলেপ লোইৰবদা মালেম লৈশেমখাক লেমলৌববু চিংঙু
মপুৰেন নামুংবদা থুপনা থমলস্মৈ, অদুনোংগীবু লোইদাম চিকথম হিয়াংগৈ থা-ও তৌনা কৌএ।

লোইদাম হিয়াংগৈ থাদা হিয়াং তাল্লদুনা কুস্মৈ তৌএ। হি হায়াব অসি লুৰাং কুক পুসিবনা নোংমগী
নুমিত্তা শাবন লমথোকপা কোংলৌ লময়েংবা চংখোক্কপদা কোৰৌ খোংদুম খোং ৰাংবন লাউদুম লাউনা
লাইজা খিকফেন্নৰবদা লাইজা ঈনা চাউবনা ইমু মঙাও হৌৰকলবদা তুৰেন লাইজা ঈৰানবা ওমদ্রবদা
লাংবন কৌজ়েং চোংবিচানা চানা লকায়াদা চিকনা তুৰেন লাইজা ইৰাল্লকপদা ইয়ু নুংপান হোংনেম লুৰাং
নিংখৌ পুসিবনা চেংলৌ মিংথিংলে, মিংয়েং তেনপাল্লে। কোৰৌ নুমিং অমদি চিবা মৈশাংবনা খিকলৌই
তাংমা যাদা চিকনা তুৰেল লাইজা ইৰাল্লকপবু চেংলৌ মিংথিংলে, মিংয়েং তেনপাল্লবদা মোংবা মবানাইদা
হলৱাইৰকলবদা পায়মা পিবুকনুংদা নিংখনখিয়ে। ইদাইৰেম নুংপান ইপাচাশিংও, নুংবান ৰাংমিংখু খুংহৈবা
লুৰাং ৰাংমনাউ শিনহৈবা অনিমকপু কৌদুনা বাকয়ে হি শানবা, কৌবা ইঙেন চিংদগী তল্লা অঙনবা পামেন
অৰেস্ববু হৌইথিকুও হায়ানা পাওমেল্লবদা নুংবান মপাচা পুন্না খোংশান্দুনা কৌবা ইঙেন চিংদগী তল্লা
অঙনবা পামেন অৰেস্ববু য়াল্লৰগা বাকয়ে হি শাবা লোইৰবদা লুৰাং পুসিবনা বাকয়ে অসি কনানা হি
তোংহনশিবনো হায়ানা পায়মা পিবুকনুংদা খল্লৰগা ইশাবীগী য়াওৰৌ শিৰুকং অকংববু লৈএ। ইশাবী লুৰাং
পুতাকৌই খুংকৌইববু বাকয়ে হিদবু হাল্লা তোংহনসে হায়ানা মশাবীগী য়াওৰৌ শিৰুকং অকংববু বাকয়ে
লুদবু হাল্লা তোংহল্লে। অদুগা মৈতেংঙু থৰান থাবনা খুম্নগী কাকপা লৈতোন পাস্বগী মঙক কতুনা বাকয়ে
নাউদা হাপুনা খুম্ন মমাংদা অমদি মৈতৈ মমাংদা লেন্দুনা পুখংলকএ। অদুনা হৌজিক ফাওবা বাকয়ে লুদা
লুৰাং পুংদাঙ্গোই খুংকোয়বা তোংলি, বাকয়ে নাউদা খুম্ন কাকপা লৈতোন পাস্বগী মকোক হাপলিবা
অসিনি। হি তাল্লবা অসি অহানবদা লু: নাউ তাননৈ, মদুদগী পানা মৰি তাম্লে। অদুদগী হিদাক ফানবা
পোংশঙবা পানা নচিংবা তাম্লেএ। অদুদগী লমজেন তাম্লে, মুক্কা শাম্লে। মসি মৈতৈ ঐখোয়গী কুস্মৈ অটৌবা
অমনি।

পোইনু থাদা ইরাংকদবা

লোইদাম উনথম পোয়নু থা-ও কেবদি কদৌনোংগীনো ? চাঙু অতিঃ শিদবনা মপাবি অহম শাংলবদা ইপারি অহমমক্লা চাঙু ইতিক অরুববু কনানা শানখংঙামগবনো হাযনা খোইয়ুম মশক ওন্না কুমচাং মাঙনদগী শাস্ত্ররকপদা মপাবি অনিমক্তি খংঙমগববা খংঙমদে। খোইয়ুম মপাবি সনা খোম্মদোন অতোনবনা চাঙু মতিক খংঙমলবগী উনবী পটৈ চেৎনা থনমলে। অদু নোংগীবু লোইদাম উনথম পোয়নু থা-ও তৌনা কৌএ। পোয়নু থাদা অতিয়া কুরুবু ঈবাংতুনা মৈতৈ লৈবাক্লা অরা পোথাদুনা নুংঙাই যাইফনা ফমদোংএ।

লোইদাম ব্রাকচিং থা-ও কৌবদি কদৌনোংগীনো ? খোইয়ুম শিদবনা খোইমোম লাইবম্মদা তাইবং নোংশাপান্দগী খৌরাই নিংশা হোল্লিবা পুম্মকপু নোংদমবিগে হাযবগী চাঙু খৌজান লিয়েৎনা লৈবাং যুমচংনববু অরা হুইরাংশোল্লবগী চাঙু শমু হকসাং লেনবু পুঙমদ্রবগী থাংথোফ্লে। খেইয়ুম লাইয়িংখৌ চাঙু নামুংবদি অরা ইশৌলাংনা খাংঙম্মে। অদু নোংগীবু লোইদাম ব্রাকচিং ইনথম থা-ও তৌনা কৌএ।

লুরাং অপোকপা খুরুম্বা

ব্রাকচিং থাগী তবানিখৌইনি পানবা লুরাং শলাইগী অপোকপা খুরুম্মে (ঈবাংলে)। মবোন পোচ্চঙদি তুংরাইবীদি খৌইনুনে, ইরোই কোল্লে। পোবৈতোন পোকএ। ব্রাকচাং তবানিখৌইনি পানবা ইবাই নুমিংকী চাংখৈ হুল্লকপদনে। খৌরান-মিচাক্তি কুকশিদবনে। ঈশিংদি লমফেমে, মৈদি খৌইজুম্মেনে। লাদি লায়াইনে, লৈদি মৈল্লেনে। নাইবদি উ-খোক মতোল্লে। হৈদি কিহোমনে। থাঙদি, তোদ্দুম্মেনে। গুদি শবেং লুরাওবনে। শীংদি হৈক্রুনে। মুচুদি হিগোকনে। অসুম্মা লুরাং পোকএ। লুরাং শলাই পুম্মকপা তাইবঙপানবনা চানা থরুবা মশীংশুনা অমসুং ফিরোন কংতুনা ঈবাংলে। নুমিং অদুদা মৈতৈ পোইবৈ অপুম্মনা ফুম্মা লাইকদা লৈবিবী ইমোইনু অহোংবী তরা চানিংখাকনা চাকশৌবী, ব্রাংলৈ যেমিং খাকনা যেনশৌবী, অচী তত্তবী, অবাই কংদবীবু ইরাং খৌনি খাচংএ।

ফাইরেন থাদা ঈরাংকদবা

লোইদাম অশিং ফাইরেন থা-ও কৌবদি কদৌনোংগীনো ? খোইয়ুম লাইয়িংখৌ মালেম তম্পাক লৈশেম্মনা তাইবঙ নমুং ওইহনগে হাযবগী নমু তাইবঙ থরাই পানবা পুম্মকপু হাকোক হাথগে হাযবগী খোইয়ুম পায়মা মনিংশা মালং যাইবিবেম্মা মালেম তম্পাক লৈনেমথকী খৌরাই পুম্মকপুসুং মালং যাইবী চৈরোইননা হুমজিল্লফ্লে হাযবগীদমকপু লোইলম অশিং ফাইবেনা থা-ও তৌনা কৌএ।

ফাইরেন থাগী মঙানি পানবদা মৈতৈ পোইবৈগী লৌতাবা হৌএ। লৌতাবোন ঈশৈ শকতুনা ঈরাং খৌনি খাচংএ। ফাইরেন থাগী কুল্লরুকনি পানবদা শবাংলৈশাংথেম (চেংলৈ) শলাইগী অপোকপা ঈবাংলে। মবোন পোচ্চঙদি- লফুবিদি লৈমানুনে, হামেং কোল্লে। লমলেকশাংগা, নুংঙৌ যুমথংবগা পোকএ। ফাইরেন

থা কুনতরুকনি পানবা ঘুমশকৈশা নুয়িংকী অযুক যুথজনি। নাওরোইবিদি হুইমু লৈমনি। মচুদি অরাওবনে, অশংবনে। থৌরানমিচাক্তি লিকথাশাফবীনে, লাদি চংবী লায়াইনে, থমলা ইতাবনে। মৈদি মৈথাং মঙারকনে। ঈশিংদি তাকনানে। লৈদি লৈশংনে, নাহৈবদি নাপী শিংবীনে। ঙাদি শরেং শংনা লাংবনে। থাঙদি খুনথোং থাঙনে। শীংদি নোংলৈশংনে। হৈদি হৈ মনম নাইবনে। অসুন্না শরাংলৈশাংথেম (চেংলৈ) পোকএ। চেংলৈ শলাই মী পুন্মক্লা চান-থরুবা, ফিরোন কংতুনা ইরাংলে।

কোস্থারোল

হৌ কংলৈবু লম্মহল্লো, লমলেনবু ২ থোকও, তুনেম্বু ৩ থোকও, তমপাকলোন ৫ মক, লৈমুরোন ৬ মক, লৈখাবী লৈরাস্বী, অপোকচনু খমরাই য়ামরাইনু, তমপাক লৈশুক লৈশোইয়াস্বীও। ঐবু শীজবা ইবুংঙো লাইয়িংথৌ, নোংথৌরেন অথৌবা চাংঙু নথোঙ খাদ, নশু হে বুংথৌ, হে পেম্মশিংনা পাথোইগে পুথোইগে, কবোলাক ময়াংলাক মীরেংবানকা মীরাইরেনতোং, পুন্নি নোংশাংনা হায়হৈ লৌহৈনা পানগে হায়বগী কোরৌ নোংলুপান অঙৌবনা লুপা কোনগা চন, মালেম লৈসনা অঙাংবনা স্না য়াইগা চল্লবনে, হৌ: ফরো।

ঈশিংদা ছনবদি :- লৈমুরোন মঙামকপু মাইথা ওইরিবা, লৈহাওরোন ৬ মকপু থৈচুপ ওইরিবা ঈথৈরেন নামুংবা, ঈঠৈমা ঈনামুং কোরৌ নোংথৌরোন ৭ মজগী কুমলক্লে। (অসুম হায়না থাগনি)

লাইবুংদা ছনবদি :- হৌ চাংঙুবা লাইকোন্মুং, মোংবা ঘুমদাং শাংবু লম্মহল্লো হায়না থাগনি।

কোস্থারোন :- সনা মচেং অমগা লুপা মচেং অমগা পায়রগা লাইশোল শোম্দ্না কোনয়াই ছনবা ময়াসু কোস্থারোন কৌই। স্না লুপা অনিবু কোনয়াই পুমা কৌই। লম লমগী ওইবা, পুরিবা অদুগী মতুং ইমা কোনয়াই ছনগনি। ঈশিং অমসুং কংফাল অনিমক কোনয়াই ছল্লি। সনা লুপা কোনয়াই ছনববু কোস্থা য়াইথাবা হায়নসু খঙনৈ।

হে গুরো। কংলৈ ও লম্মহন, লমনেস্বী ২ থোকও, তুনেস্বী ৩ থোকও। লৈখাবী লৈয়াবী, কবো মুকোদো লনওনবীনা, নিংথি শেল্লোই মপুঙ য়াইদগী, সনা খাউনীংনুংদা পুরকপা কোন, মালেম লৈসনা অঙাংবনা মালেম লৈগা তাইগে, কোরৌ নোংলু অপানববু কোরৌ নোংগা তাইগে। ইবুংঙো কোন্দি কোন্দি-সনা নিংথিবনে। ইবেস্মা কোন্দি কোন্দিচামে, কোনওক য়াইওকপি ও লাইনিংথৌ।

কোহ্লারোন :- অসিদি ক্কাথা খুনগী ফম হাপ্পদা শিজিলৈ। য়েৎথংবা খুংনা সনা লুপা পায়রগা লাভোল্লোমদগী হনগনি। সনান মথক কারবদি ফৈ, লুপানা মথক কাবদি ফত্তে।

হৌ কংলৈবু লম্মহন ও। লমলেম্মু ২ থোকও, তুনেম্মু ৩ থোকও, লৈম্মুরোনবু ৬ মাও, লৈহৌরোনবু ৫ মাও। লৈখাবী লৈরাস্বী, অপোকচনু থোংঙাই য়াংঙাইবী তমপাক লৈশুক লৈশোয় য়াস্বী ও। ঐবু শীজবা, ইবুংঙো লাইয়িংথৌ, নোংথৌরেন অথৌবনা, মপাথোই মপুথোই কবোরাক ময়াংবাক, মীরেংবানকা, মীরাইরেনতোং। পুন্সি নোংশাং হয়হৈ লৌহৈ পান্নসে হায়না, মালেম লৈসনা অঙাংবা, কোরৌ নোংলুপান অঙৌবনা লৈম্মুরোন লৈহাওরোন নংবু তাইরবনে ফৌ।

কোনয়াই হনবা

মাগী মাগী লমগী পুরিবা মমিংশিং অদুনা কোহ্লারোন লাইশোলগী মমাঙদা হাপ্পনা কোনয়াই হনগনি।
মদুদি :-

ইম্মফাল মথৈদি, হৌ কংলৈবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
অব্রাং মথৈদি, হৌ থাংবাইবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
নোংপোক মথৈদি, হৌরাইরংবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
নোংমাইজিং, রাংমমথৈ, হৌ শোল্লোইবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
লিলোংদগী থৌবাল মথৈদি, হৌ লাংলোইবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
হিয়াংথাংদগী ফৌকাকচাও ফাওবা শেগালস্বী শোরোক্কী নোংপোক মথৈ হৈয়েন, কৈরক,
বাবগাই অসি মথৈ হৌলানলোইবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
শুগু মথা মথৈ, হৌ লেমলৈবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
লাইরেন শাজিজুগী ইরেংবম ফাওবা,
তোংজৈ মরিন শোরোক্কী মনীংমথৈ হৌ লোল্লোইবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
ওয়ানামদগী নিংথৌখোং ফাওবা, হৌ খুবোইবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
নিংথৌখোংদগী মোইরাং ফাওবা, হৌ ঙাংঙোইবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
মোইরাংগী মনীংচীং অদু, হৌ কেগেবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
ককচিংগী লম মথৈবু, হৌ হৈরেমবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
কবোগী লম মথৈবু, হৌ শেনবীবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।
ময়াংগী লম মথৈবু, হৌ থোংনাংবু লম্মহল্লো হায়না হনগনি।

অনম অথৌ লাইশোল

হুম হৈ হুম হৈ হে হৌ। কেং য়োই কেংয়োইকা মেলকা য়াইকা। খৌরি খৌরাললাংপু খৌরিং খৌয়ারাং। খৌরিং খৌদিনলাংবু। খৌরিং থাবা পোংথৌ তম্মে থাবা মাবু লাম্মংদে। য়ারা কোনখাংশাগী পোংথৌ মথং পিজগে কুমজা পাল্লো খৌগে। নোংজা পাল্লো খৌগে। ঙাম্বে তেরগে। লহাননোং মোংবা তুদৌ খোংদৌনোং। তুতেং খোংতেংনোংগীবু। খৌরিং খৌয়ারাং খৌরিং খৌদিনলাংবু। খৌরিং থাবা পোংথৌ তম্মে থাবা মাবু লাম্মংদে। নুমিং পোংথৌ তম্মে নুমিং মাবু লাম্মংদে। য়ারা কোংখাংশাগী পোংথৌ মথং পিজগে। কুমজা পাল্লো খৌগে ঙাম্বে তেরগে। হুম হৈ হুম হৈ। নাহমোং তেকপী মওকচা। কাইরৈ ময়েনচা। কাওরেল মশলচা। য়াংলৈ তাউবা মছইচা। পোংখু কাইসা কাইবনা নমলবা লাকলববু। ফিজি ফিনাতোন্না হুমলা লাকলাববু খৌরিং খৌয়ারাং খৌরিং খৌদিন লাংবু। খৌরি থাবা পোংথৌ তম্মে থাবা মাবু লাম্মংদে। নুমিং পোংথৌ তম্মে নুমিং মাবু লাম্মংদে। য়ারা কোনখাংশাগী পোংথৌ মথং পিজগে। কুমজা পাল্লো খৌগে নোংজা পাল্লো খৌগে ঙাম্বে তেবরে।

অনম অথৌ লাইশোন অসিদি লাইতিন খুরুন্না খুদিংদা হাম্মা শোনগনি॥

নাইহেরোন

হা উং হায়েং খৌপীতেং লৌইপীতেং। ঝাঙালঙে উঙালঙে শিনশুঙে শাসুঙে। চাবোইনা খোংতম্মে য়ামপীনা খেকতমঙে। হুইখৌনা চীফোংঙে কৈবেলনা য়াথোকঙে। লংমাইনা মৈহনঙে। লংমাই হুইচিন হুইয়াখৌনা। খিনখায় লাওখায়ঙে। শিঙকুপ হৌ। শিঙকায় হৌ। পুন্লৈবোন্না অঙক অঙাও হৌববু। তমপাক লৈহৌ মাই। লংমাই লৈহৌমাই লৈপাক মাইবাহনবা খুৰাই তাঙবা তাঙনা রায়েনবা। নিংথৌ মাইবাহনবা চীরাইখোমবা খোমনা খৌদা। খাবা লৈরেনহনবনা। তাইরেল লোংমা পায়না লাইজ খিকফেন চাইয়ে। কোরৌ মচী ঈ। ঝাঙপল মনাওঈ। শারোই লাল্লোই ঈ। তাকনা লৈরোংঈ। থায়েং চুমপা ঈ। চেঙকোই নারলঈ। চেংলৈ লুৰাং ঈ। কমপোং নারাং ঈ। খৌখুবা খুংতম ঈ। খৌহনবা খাইতম ঈ। খাকপা পল্লৈরোমবা ঈনা লাইজ খিকফেন চাইরবদা। পুন্লৈরোমবা মবোন থোক মরৈথোক। খুলথন্না লালথন্না। খারৌ লাইরৌ কেলনা। নোংচুপ নোংপোক কেলনা পাম্বে শেংনরে। হা উং হা য়েং॥

মৈতে ময়েজা ইরন্না লাইরিক অমগী নাইহেরোন লাইশোল -

হাউং হায়েং য়ামপীনা খায়তমঙে। হুইখৌনা চীফোংঙে। লংমাইহিচিল হিয়াখৌনা। খিনখায়ঙে লাওখায়ঙে। পুরৈরোন্না অঙক অঙাও হৌঙে। সীঙকুপ সীঙকায় হৌববু। মমাইবা তমপাক লৈহৌ মাইবী। লংমাই লৈহৌ মাইবনা। তাইরেল লোংবুলৌ। লাইজ খিকফেন চাইনা। পুন্লৈবোন্না মবোনথোক মরৈথোক। খুনথন্না লালথন্না। খারৌ লাইরৌ কেল। নোংচুপ নোংপোক কেমনরে পাম্বে শেংনরগে। তিল্লৈরকুনো। লাইরৈরকুনো। লাইশোল অসিসু ঈরাং খৌনি খুদিংদা শোনগনি॥

ঈরু লাইশোল

হায়ে কোরৌ মচী ঈ। রাঙবল মনাও ঈ। কাশা লাম্‌ং ঈ। খাকপা পুন্‌লৈরোন্‌না পুরাং নাকাবা। খোকমরকী ওন্দে ঈ। খোকমরকী হানরাইবা। থোংনাং নানিরোংবা ফেঙ্গাই ঈ। লৈতুম নুংদুম ঈ। নুংমু নুংঙৌ ঈ। অরাং কৌত্র অশুপ্লা যারক্তগী শিহ্না ঈ। আশাংবম ঈ দি রাইচংঈ। আরাম্‌ম ঈদি রাইকোং ঈ। নিংথৌ সোরারেন অরিবা। মারিকপী মরিকপা। শলকোনবী শলকোনবা। ইবেন পিগ্রাইবী থোংদ্রাইবী। কাশা অশেম অশাইবী নংনা শেন্দীও শাবীও। হায়ে কোল্লো কয়গে।

অতাহ লাইশোল

হে গুরু নোংথৌরেনবু তাইগে। শোরারেনবু তাইগে। পুরাংববু তাইগে। পুরাং নাগাবা। মরিকপি মরিকপা নংবু তাইগে। শঙ্গোনবী শঙ্গোনবা নংবু তাইগে। রাট্রে শিনহৈবী উট্রে শিনহৈবী নংবু তাইগে। রানহৈবী রানহৈবা নংবু তাইগে। লৈমা য়োইরেনবা। নিংথৌ চরনবা নংবু তাইগে। ওইথাংও য়েংথাংও লিরি লিফোংবী নংবু তাইগে। পাখংবা য়োইরেন তোমপোকপা নংবু তাইগে। হা উং হায়েং।

খুলথোঙলোন

খুনংনা লৈনংনা খানুনা ঙানুনা। নাহানা নুপীনা য়াহৌঙে। ফুথোংঙে রানথোংঙে। ফৌশুকথোক ফৌরাথোক। পুন্‌লাং লুরোয়থোং। লাইজ ইপালরায়। ঈমু ময়োন শং। লৈরাই ছইশোন কা। মচেম মনীংতাও। মোইথাপ মোইরেং মতাওঙে। হৈকৌই মশীংশু। লাইয়েক ফিভম ফঙেগী। শারোই লাল্লোই মতিনঙেগী। তিললৈরকুনো। লাইরৈরকুনো। হাউংহায়েং। পোইরৈনা কংলৈনা। উরা লাইচিঙনা। খোইনাই ওমপুনা। চেঙলৈয়াঙ থাওঁতসু। হাওচেংয়াঙ নমপুশু। চেংলৈ উনুংতা হেমচেং খাপৈপুঙ। লাংজা লৌপুঙফৈ খোমপীতোক উঙামপৈ। চারায়পী হাওতলরায়। রাইরি রাইতোল। থাঙঙা য়ুচেং। কৈখু কৈরেন। লীংপী রাইচৈ। লিকলিরাথা॥ তাংখম লীরাপোক। শোয়পী শোইয়াম মাতাঙে। শারোই লাল্লোই মতিনঙেগী। পামরে শেংনরে। তিনলৈরকুনো। লাসরৈরাকুনো। হাউং হায়েং। হিরোয়না লাল্লোইনা। উমতুঙে। রাউতুঙে। মীনাইঙে। নাইনাইঙে। শোয়কায় খমকায়ঙে। ঙারা ঙাশিং য়াঙঙে। শোল্লম পাইরম মচংঙে। ইরক লমলক মকৈঙে। শারোই লাল্লোই মতিনঙেগী পামরে শেংনরে। তিল্লৈরকুনো। লাইরৈরাকুনো। হাউং হায়েং।

লৈচোল হাওতমপাল। চনেম য়ুনেমপাল। থোঙক্রাই মেনতংলাকপা। লেংনা কোংপা। চিঙনাংখু চিঙঙারেন। শচিক লোনমন। থুমপী লৈহৌ। রাখা লৈতোঙচেং। চেঙকৌই নারন। থোঙথোঙ কারন। খৌবাল ইখোঙকায়। কারোঙ ঙাইখোং মাতাঙে। চিনলেন মায়কোয়রেন। লারাক খাঙতৈথোম। রায়রং খোইনীং মেন। কানক খাঙতোম লাকঙেদা। শারোই লাল্লোই মতিনঙেগী। পামরে শেংনরে। তিনলৈরকুনো। লাইরৈরাকুনো। হাউং হায়েং।

খুরায় অঙৌবা। ইমখু য়ুমলেনবা। চকপা লমপু কোলখাঙ লাইচৌবা। যাওরৌ কংতা। তেৎনা লাংয়াম। মায়ায়রম। শল কৎলম। নুঙখোং নুঙলাওবী। ফুরোয় চিঙ গারংয়ান। থোম্মাংবী মাকতিং। উরাল কৈরাও পোইরৌ হামলৌ। শিকোং লেংখু লেংলেন তাঙৈদা। চিনলেন মায়কোয়বেন। লারাক খাঙতৈথোম। রায়রং খোইনিঙমেন। কানক খাঙতোম লাকঙৈদা। শারোই লাল্লোই মতিনঙৈগী। পামরে শেংনরে। তিনলৈরকুনো। লাইরৈরকুনো। হাউং হয়েং।

রাংখৈ অপোকপা ফৌরায়াঙ লাইকোকসু। লৌরেন্সম তোংনেমপমনা পোকপা। পানম যাংকোকপা শাজেল্লম। কোংপা হিকু হিপান। খাখোংলাইখোং। পারা সিঙথি। তাকনা লিলচিক। মুংলৌ গাংলৌ। চিঙখমচাওপোক। কোইচিঙ কোইমাহৌ। কাতেং কারাংচিঙ। তোকপা য়েলফৈচিঙ। হিতামচীং খুনুহাই। হৈরেম শেংকোঙপাং। খুনজান গুনুহাই। চেকপা রায় তাঙৈদা। চিনলেন মায়কোয়বেন। লাবাক খাঙদৈথোম। রায়রং খোইনীং মেন কানক খাঙতোম লাকঙৈদা। শারোই লাল্লোই তিনঙৈগী। পামরে শেংনরে। তিল্লৈরকুনো। লাইরৈরকুনো। হাউং হয়েং।

খাংশু আতামপা। লানা শিঙনাপা। নারম ফাইরোংবা। চিঙখোঙ সুমপা। কেত্ৰুপাং। কাশাল শলকৎলম। মৈতেঙু উরা কোনখৌবা। লুথোইচিঙ। চিঙমৈরোং যাঙমথেন। আশৈরাংবী চারিক চীপাল। হংকেন পৌশিঙ। ইরেং ইখম চিঙমৈ উমৈ মাখামঙৈ। শারোই লাল্লোই মতিনঙৈগী। পামরে শেংনবে। তিল্লৈবকুনো। লাইরৈরকুনো। হাউং হয়েং।

উমু খুপুঙ কায়। থেংকায়না। খুমন চামাইপা। সুমপা। লমপাল খোইরোক পাং। লৈমোন জগোইপাং। খোইচু লৌমোল পাং। পিতিংকোইলামপীচা। তল্লা উয়োক্কোন। নিংখৌ শোকপাইবা উরিংকোল। শিঙথা লৈথোম। ককলৌ তাওথোং। লোইচিঙ লোইয়া তাঙৈদা। শারোই লাল্লোই মতিনঙৈগী। পামরে শেংনরে। তিল্লৈরকুনো। লাইরৈরকুনো। হাউং হয়েং।

লেমলৈ খুমিংমিপা খুতাং যাইখুপা। যাংলৌ নাহমাঙ। উরিপোক খোংসায়োন। তাকলেন নোংথিন। য়ুচিঙ লাংচিঙ। পেরে শারে। লাকচম ফিফৌ। নাওরা খোইমোম। যাংলৌ তৈতু। চুপাল মাথা। শাজিরৌ উংলৌ। কাংঙাপুং। চিঙপা ফুপা খাপী নমপোন তাঙৈদা। পামরে শেংনরে। তিল্লৈরকুনো। লাইরৈরকুনো। হাউং হয়েং।

স্বাইখোং মরিন লাইতোন হেমলাই। থুমসা লমপুন রাইনৈ। চিঙঙা পিঙুম। হৈপোক নারি তৌরিংবা। ললয়াই শারেন। যাংকোই লোকতাক হাওতাক। তাকমু তাক শেল থাঙক। কারাং খুখা মায়তেক। চকপী লৈথোম তাঙৈদা। শারোই লাল্লোই মতিনঙৈকী। পাম্মারে শেংনারে তিনলৈরাকুনো লাইরৈরাকুনো। হাউং হয়েং।

য়াইসকুল থোঙলেন যাইচমপাং। মুতুৱা হৈরাংখোয়। হৈসনামমাং নামজৌবা। ককরা তিলপাল। থোংলেন তাইপি লাংথাপান। লিল্লোং থারোং। তাপুংপা। চেকায়কৈ কৈমায়শাং। শাওমপল। গাইহৈ। ফিফৌ লৌখু

অচনবা। নোংয়াই লৈকোইপুঙ। উচিরা খোইতোমপাল। ককলেনশোয় ফৌকাকচাও। পুমলেন হাপশা। ইথাই পুনেমচিঙ। শুকুনু ইরাইতাকী। থাঠৈ লেমলৈ মাতাঙৈ। শারোই লাল্লোই মতিনঙৈগী। পাল্লরে শেংনরে। তিলৈরকুনো লাইরৈরকুনো। হাউং হায়েং।

অনম অখৌ, নাঠৈবোন, খুলখোঙলোন, ঈরু লাইশোল, অতাই লাইশোল, লাইশোল মঙা অসিদি ঈরাংখৌনিগী থবক তোঁবা খুদিংমত্তা যাওগদবনি অপোকপা খুরম্বদা লাইশোল মঙাসিগা লোয়ননা অপোকলোন শোনগনি।

অপোকলোন

কংলৈবু লমমাহল ও। লমনেমপু অনিথোকও। তুনেমপু অহম থোকও। লৈমুরোনবু তরুক ও। লৈহাওরোনপু মঙাও। লৈখাবী লৈরামবী। অপোক চনু থোংঙাই যাংঙাইবী। তমপাক পোকপী। তমপাক লৈশুং লৈরোন যাস্বী। তমপাক্সা থেংপীকা। তিংখৌকা ছপলা হারাকা। কোনতে শেলপাংকা। চানা যিমিকা। তোংলেন লৈশংগা। সিঙক্রেঙ লাংকাচৈকা। যাঙলা খৌপোমকা। শতৌ য়েংতৌগা। তৌমু তৌহাও চারোং ফাইপঙকা। তেংনা নুমোইকা। পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইথোক্কে। মাতাই মানেমকে।

উয়েন কোংয়েন। চুপয়েন চাময়েন। চেঙকুম পানতোম। উচিনা বালশাপাক। য়েঙখুরৈ তেক তেক পাল। শাংলৌ ব্রাংকন অকনবা। য়েন থারাপ থারাপ নাপাকপাকা পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইকে।

হৈকক থাংজিং। থরো লিনফু। খোমথুম মাইরেন। কৌখা কল্লা। গাচক খোমমোনগা। পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইথোক্কে।

ছইচিন ছইয়া। মেইলৈ সেরাং। লৈসোক থোনকম। হাওরৈ ফোলাং। কোলপী কোংয়াঙ। পাংকোং নাওতু। চিঙহাও লমশং। কোকলেন লুসী। ওরি ওরাকা পোকলিবি নংবু নেমসিক্কে। মানেম মাতাইকে।

উপি উরেন তনমু তনহাও হিয়াং হিরেন উথোক থাংদোম ফৈজা ফৈঙৌ মিশি থাঙয়ান শায়ি কুহি উপন লেংদা উনিংখৌ তাইরেন উয়িন মংগে পোকলিবি নংবু তাইগে।

লীখিং লীরেন ছমপোক শাগন যাইলী থমোং লীরেন যাইথমোং। ঈরোক অনী পায়নলী চিঙশাং অনী লামথালী। পনশা থোংশালী পাল্লোন থোংলোন লীগা। পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে মানেম মাতাইকে মাতাই মানেমকে।

সলাথোঙ হৈমরি হৈময়াই হৈয়িং হৈচাং চিঙহৈ লেনহৈ হৈসুক হৈসোইয়ামপী। খাকোই হৈ থুমনম হৈ লিলচামহৈ হৈপা হৈপোং পিরিলহৈ কাংক্রৌ হৈয়িং হৈপুংকা পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে মানেম মাতাইথোক্কে।

ৰামং উমং লীরা লোংৰা খোকৰা লাইৰা। উতং উয়েং উই উনান নাচৈ নারিনকা পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে মানেম মাতাইকে মাতাই মানেমকে।

চংবী লামুং লায়াইলা যুতাও থাঙপাকলা কাযবং থুময়োমলা মোইথাপ মোইবেংলাকা পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে মানেম মাতাইকে।

তারা তোঙনুথী লিকশি খারোনথী য়াইশেন য়াইফৌ চাচাক চাহাও পুংমাল লাংমালবী। চেংমি ফৌকাক মোরশি মাকতং ফৌবৈমা ফৌনিংথৌ যিবোইয়া কৈতেকপীকা পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে মানেম মাতাইকে।

চিঙফৌ তমফৌ। চয়িন মুমলাং। চানান চংলৈ। হাৰাই ঙৌজা। থোইদিং কাপাক। কোপনোং খোমনোং। পানফুক পানফোই। সিংখা সিংথুম। সৌপ্ৰি মায়াম্বা। তিনহৌ চানম। থাঙপাক মেমাল। লীনাই খোইনাইগা। পোকলিবি নংবু নেমসিক্কে। মানেম মাতাইথোকে।

ঙাৱা ঙাশিং। খৌৱেন খৌয়াঙ। য়াঙকন শুজা। শাবেংমৈন। ঙাবেন কোকপাক। পেঙপা মুকলাং। ঙাৱোয় সেরল। ঙাখীঙাৱা। তেজ্জোঙ শমফা। ঙারিন তোংচঙ। ঙাখা ঙামাই নোংয়েং। ঙাতুপ নোংলোয। কুমচেঙ কোকফাই। থারোই খৌচাওকা পোকলিবি নংবু নেমসিক্কে। মানেম মাতাইকে।

মীচঙ মীখোম হুয়মোম য়েলমোম। সাকোন সামু। সামুক ইরোইগা। পোকলিবি নঙপু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইথোকে। ইশা লমশা। তোকপা কামপা। শায়ু লৈৱাং। নুংওক পাইপং। খুপেঙ খুপাই। য়োংমু য়োংশেল। থৈৱোয় উপেংকা। পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইকে।

সেকপী সেমপাং। ক্লাক পোইতু। চাবোয যামপী। উপোঙ খাবাকা পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইথোককে।

লৈকুম নোংলুম। তিনফা কাকফৈ। ককচেংখোইয়া। পোকলিবি নঙপু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইকে। মাতাই মানেমথোকে।

লিলশুক লিলতেং। চিঙলাই তমলাই। খাওরৌ তাংলৈ। তুমপুন নাওপুন। হংকোক নারিলকা। পোকলিবি নংবু নেমশিক্কে। মানেম মাতাইথোকে।

ডমংলোন

নচিববু নেমশিক্কে। লাইয়িংখোইনবা স্না হিহোন হনবা কস্মোং খারমপাংপু ৰাতেস্না থাঙ্গা লাইৱমপাং ৰাহস্না ইরোক অসুঙ্গবু থোংগংপা। চিংশাং নাপোম অৱাংববু মনাক নেংনা ফোইথুবা। শাবন কংলৈখঙ্তা হিহোনববু খুমু নৌশৌদা। তৌৱাং তেকশোন্দা য়েনপোং লিখাওবা। লিল্লা হাইচেং নাইদবা লাইজ ইপাকথঙ্তা

লমচেনববু খুয়া ঈচোক্তা খুদোন নাহেদবা। ইঙেন নোংফাইদবা কাইরৈ য়েনমৈ শিংপবু য়েনহৌদবা। কাওরেন শল্লক চঙববু শলহৌদবা। তেকপী ওকলক চঙববু ওক খংদবা। মরুস্বী খোইমোম লাইরেম্মা পেনু তম্মু উশোক লৈমা লম্মাং নিংখৌ চনু। লিরি খাবাস্বকুস্বী। লোকয়াই তাম্মা তোংকুস্বী। চাংথ্রং পোংথ্রং অরনবদা ঈশোকপবু ঈরিংতবিবু লুম্বা মপাবি অম্মদোন লেলাবা লাইপাখং মঙাইরোইবু য়াহৌবা। লাইনুৱা মফেংলোইবু ধৌনেকপা। শেল্লোই লৌথোংখোং খোংখোং চিংলাংমৈদা নুংবী মনা হুংনা ধৌনাবা। খোইমোম লাইনুংখিনবু তমহনববু পারিনববু মমাইবা থিংনোং চাওরোশুচা মমাই লৈরোংশুচা মঙচুম্বনা মঙফাওথবদি খোইয়ুম ঐবু মানবী য়াংতেকপা কাওরেন চীকোনবনা তাইররো। কোনচম্মা য়াইচম্মা তেংবিচম্মা থাংট্রেনা তাট্রেনা ঐবু তাইররো। কস্মোং খারম পাংপু পিমা থাদববু পাম্মা থাবিও। থাংঙা লাইরমপাংপু উমা লীংদববু উমা লীংবিও। শাবল উয়িং ৱায়িং হৌদববু উয়িং ৱায়িং হৌবিগে। পোইরৌ হিমা লাম্মা থাদববু হিমা লাম্মা থাবিগে হায়না মঙফাওথবা মৈদিংঙু লৌইনাই খৌৱানথাবগা হুয়েন লাল্লোয়নবা। পোইরৌ হি থাবা লম্মাং লম্মোকপা হুয়েন লাল্লিগীদি নোংয়ায় হাওদা লৈবা হাওদা কোইবা অরোন লিনম্মা য়াইথিং কাওবোংসু নিংঙোন কোনসুবু কাইনা হনবা। মৈদিংঙু শেনবী খাগেস্মা হুয়েন লাল্লোয়বা। কবো কাং ওম্মা। চাউবা সুমচাই ফাবা মবোয় লোয়নবিবদি থোংনাং কাট্লেচা অচঙবা ফৈ মরি তান আয়াকপা। লময়াই সিংগনপোংগুম নিকনা খৌনাববু লোয়নরিবা, চিংখোং পোইরৈতোম্মা অকন অয়াংখিনট্রিঙে হাম্মা অকন অয়াং খিনহনবা নংবু নেমশিক্কে।

নচি খানিংখৌ মোংবা হনবা মরুস্বী খোইমোম লাইরেম্মা হাওনুখু হাওনুহন লাইতোংখু লাইতোংহম্মা য়েনয়োম খোমহানগা শিংপাক চদুম চঙানগা হোংনেম চাওনেমগা। মেরা মেন্দোংগা শাজুং লাংহৈগা। লাংহৈবী কাকয়েন মীঙস্ববু কাইনা হনববু লুম্বা মমাইবা অপকমানা মঙফাওথবদি মানবী চকলৈ কাও কাওরেন লেংবা শল। মচল সেরা কোদিংনু নাকথং মুকম্মু হাইমৈচোনবা মানবী অম্মবা কাওরেন চীকোনবনা ঐবু তাইররো। তেকপী শুমলেন পনখাগী মরেম মপুং মৈনাইবা ফানাওক কাইরৈ পুংথি য়েলনা ঐবু তাইররো হায়না মঙফাওবা। মৈদিংঙু লৌইনাই থৱাস্থাবনা নোংয়ায় অরুবা খুমন তারম্মু ৱাক্তৈ য়াংবা থোংঙাইবা শুবু কাইনা হনবা। মৈদিংঙু সেনবী খাগেস্মা হুয়েন লাল্লোয়নবা কবো ক্যাংঙম্মা চাওবা শুমজাই ফাবা মরোয় লোয়নবিবদি খুনবী কাপথ ফৈজা কবো থারেংচা লাইজ ঈবুকখাই ঈম্মুতোংগচিংনা খৌনাববু লোয়নরিবা অকোই অশাওবা শকউ শা-উদববু নংবু নেমশিক্কে।

লিনবান শোইনাও নাওহন অহনবা হৈরি লিশিংনেংপা খোইশিং চাইবা। থাংৱাই মচেংঙম্মা হৈতা চাঙোবা খোইচিং লমশাববু কাইনা হনবা। হৈবেম খুঞ্জানঙম্মা ওখা খোংখিন চাইবা তোন্দে তোনৱাইবা মকু অতেংবা। খুনবী কাপফৈচাবু শোংকিবগী কাওরেন শনয়াঙথজা হেনমোইবাবু কাইনা হনবা। মরুস্বী খোইমোম লাইরেম্মা খুন্দোংনাওশং চনুবু লুম্ননবা। মপারি মথং কৈহৌবী কৈহৌবা সুতারৈ চৈথা তোম্মাগা নাহুং নাৱেংগা মিংলং মাইৱংগা তমহনবা পারিনবা। নাওহল অহনববু মমাইবা খাবা লাংথংচা কবো ৱালৌ লেম্বনা মঙফাওথবদি। উরুপ লম্মহল লমলেন পোংহৈবা ঙানপ চাজলৱাই খংলা যৌরুমৱাই ফুনাল

তেনহৈবা মচীংশাংবু থেঙ্গেইবা। থোংলেন রাংথৈরাকপা মফৌ শয়াই চেনবা য়ারৌ শাকারম রাংথৈ লীখুনপুংবু ফৈনা লাম্বা রাতেস্বা। মৈদিংঙু খাগেস্বগা ছ্যেন লানলোয়নবা কবো মুংয়াংগুস্বা থমংফাবা মরোয় লোয়নরিবদি। হাওবা চেংবা খমলৌ গাংলৌগা পুন্না চন্না লমলোকচরিবা। অকন অয়াংবা শকউ শা-উদববু লোয়নরিবা নংবু নেমশিক্লে॥

খোইয়ুম লাইয়িংথৌ খল্লাংবা য়াংলৌখনবা মরুস্বী। খোইমোম লাইরেস্বা শহোং হুইমু লৈমা মঙাংনিংথৌ চনু। থোংনাং মোইবুং পোৎতমলৌই লিক্লেণ খাওজাওলৌই। পশোং ফিবাক লৌই স্বা য়াচু লৌইবু লুম্বা। মপারি নুংপাক গুস্বা থোল্লাং ফাবা অমু খম্বাস্বা। লময়াই য়ুমচংথৌ কেগে মোইবাং শাস্বা তোনুশু ফাবা পোইরৌ হিথাবা। কস্বোং পাংয়া কোৎশিন হৈবা ফাবা পারিনবা। মমাইবা চগোয়ানা মঙফাওথবদি উরিপোক থোংশায়ান ফৌরয়াং অচনবা। নাংদা লাইরেন পাখংবা মপু মিংবু মিংনাপুং মবেন লাইসনা মিংবু মিংনাপুং। খমজেং গায়েংথোং কস্বোং ফেংমায়াং। য়াংলৌ নহা মাংবু ফৈনা লামনা রাতেস্বা। মৈদিংঙু কোংয়াস্বগা ছ্যেন লাল্লোয়নবা। ইঙেন চাখুন লোক্কী ময়াং মাইবা শমলোলবা। থিংকুরাবা ব্রাশকপা অফেবরাজ থাংয়ান কনবা। লাকসুবাকা তাওরিং অরাংতাওবু কাইনা ছনবা। ময়ান্সা নিংথৌ ফাবা মৈদিংঙু শেন্দী খাগেস্বগা ছ্যেন লাল্লোয়নবা। কবো ক্যাংগুস্বা চর্রাইরিক ফাবা মরোই লোয়নরিবদি। কস্বোং লৌইরাংথু লৌইরাংহন শাংথু শাংহননাও অকৌই অশাওবা শকউ শাউদববু লোয়নরিবা নংবু নেমশিক্লে।

হোংনেম লুৱাং নিংথৌ পুন্নিবা নুংবান শাকংচীংদা ব্রাঙনবা। লুৱাং লাংহৈচীংগী য়োইচানবা চারোন মঙা নেমশিনবা শুরোন তরুক তানফংবা। ফাদ লৈনেংশিনবা য়াদমলৈ চাইচিনবা। হুইমু কবোকলৈ চিরিক চোংফাংলৈ চাহৈ কাবা লৈ। কৌবা নুংবু চীংগী তাংনেমচা কাল্লে অচংববু কাইনা ছনবা। নুংবান মপাচা নুংবান ময়েল্লনা ব্রাকয়ৈ ফস্বাক লৌদরিঙে মরাম উকু হন্না ব্রাকয়ৈ ফস্বাক লৌবা। হিয়াংনাপনথোংগা তস্বীবা। লৈকু য়ুশিনবা লৈরাই খন খানবা লৈরাই লাতাওবা। লৈরাই হিকু হিকা চাক্কা তানফংবা। মরুস্বী হাওকুরৈমা লমদংনিংথৌ চনু লমদং শেরনবনা পোকপা। থিকলেন তংকাংনু গুনুরোন থোঙাইবা চনু ইরেম তাইদন লৈমা। মোমু চনু খুংয়াই চেনবী তাওথোং কাইবী শেনবা পোকস্বী চীংয়াই গুনুথুস্বী। শেকমু নাওশং কাইসু তালৌইতুনা থোইবা। লুন্নে তরানিপান লুমনবা। মমাইবা কৌবা মিয়োস্বনা মংফাওথবদি লুৱাং মকুচীং মোংবা য়ুমজাওমান। য়াংলা হৈতুপ পোক শংলেন লোনফৌচীংবু থেঙ্গেইবা। চীংখোং চস্বা কেত্ৰুপান কশান শলকংলম। মৈদিংঙু উরা কোহৌবনা লুথোইপুং চেংলৈ লম্বহনবু ফৈনা লাম্বা রাতেস্বা। মৈদিংঙু তেনহৈবনা ছ্যেন লাল্লোয়নবা। খুঞ্জান নিন্দুম নিন্দাস্বা ব্রাগী হৌনখিএ। লৱাই পোন্নি অচংথোক্কী থারুক য়োইথোংগা হৈনবা কোনখুনাও হনু কোহোংগাওইবু কাইনা ছনবা। মৈদিংঙু শেনবী খাগেস্বা ছ্যেন লাল্লোয়নবা কবো ক্যাং গুস্বা। চর্রাইরিক ফাবা মরোই লৌইনরিবদি শোৱা কৈ ফাগে ফাঙস্বা ছ্যেন লাল ফাগে খোমলেন মংথৈননা লালমঙবা। থিংবাই য়োমাই খস্বা কোন্ডে কোনৌ মহাওফুতেক্কা নংবা। মশম তোল্লাং ওনবা নুংপান ময়ুমনাক লুৱাং মশাইকোনবু লৈনা চেনশিনবা। লৈখিন নোংখিনয়াং হাওকু চর্রাইয়াং অকনবা অয়াংবা শকউ শাউদবা লৌইনরিবা নংবু নেমশিক্লে।

খোইয়ুম লাইয়িংখৌ চখাবা লাংমৈবেম্বা লাল্লোই পাঙ্কুয়া। মরুস্বী খোইমোম লাইরেম্ম লৈরোন লৈমা স্নারেস্বী। খুন খাথা লাই থরোই লিকশং লিকঙাংলোই ফিবোংলোইবু লোইয়াবীবু লুম্বা। মমাইবা লংমাই আনা মঙফাওথবদি লালোই য়াচিকশি খোমদোন মবোই য়াথংকোন পাচা পাওকনবা তোংজ্জেরাই ময়াস্বা মংজিন হাংহৈবদি তাহুনলম। লংমাই চনু কাইবৈমা খুনথুংদবী লংনা নুং। চাংঙু লৈমা তকশোনপুংবু ফৈনা লাল্লা রাতেস্বা। মৈদিংঙু তেনহৈবগা ছয়েন লালোইনবা তুশাং মীনা থাক হনবা। নাওচেক য়াস্বা হৈরেম কদাস্বা ঙাতোস্বা খমলাং মফি চাস্বা। লাক্সোই শগোল লোইবা খুঞ্জান লেমখমলিংববু কাইনা ছনবা। তুশাং ঙানা পুংদোই তানথংবা। মৈদিংঙু শেনবী খাগেস্বা ছয়েনলালোইনবা কবো ক্যাং ঙস্বা থমং ফাবা মরোই লোইনবদি কাপেবা ঙাওনৌ থুমনৌবা। পোইরৈ শিংখাই হুম্মুমাথোইমক শিংনুং চোমজাও শুবা। কবোক য়েম্দ্ং হাংইবা অকন অয়াংবা শকউ শাউদববু লোইনবিবা নংবু নেমশিক্কে।

হেবী থোংলেন লৈমা কাইবাংসু হুইয়া খনবী। লৈতোন হাওতোস্বা চানেম য়ুনেস্বা থোংগ্রাই মেস্দ্ং লাকপনা পোকপী। মপাম লাংদে মৈহৌঙে খোইয়ুম লৈওইফবী। ময়েংনা ননম ওই মতোম্মা নোংখৌ রাই হৈবাংনা পাওশোন রাই মুংবিনা অশৈরাই। থবাল্লা নোংশারাই মুংবিপাং অথি অকোন নিংনপাং নাওশেক্কোন। য়েনবাপাং শাংদোন কোন্দি তাংকোং চৈনা ওংনা খোমহানবী। কৌবা কৌদাইরোই মৈদিংঙু নাওথিংখোংদা নৌয়াইচা যাইমা পুবে লৈনা চেন। শেনবী মৈদিংঙু পোইবৈ খুঞ্জাওবদা হৈদৌমোস্বাবোই কোপি ফনহানলোই মক হুকাপ লোইবী লোইয়াবী অমুবি নেয়াংপী শকউ শাউদবী অকোই অশাওদবীবু লোইনবিবা নংবু নেমশিক্কে।

খোইয়ম লাইয়িংখৌ নিংখৌতোনবা মরুস্বী খোইমোম লাইবেম্মা। চিনফুবোন লাইতোংখু মংজুস্বীবু লুম্বা। মপাবি লাইয়াংখু হাউশিবনা খম্মুং চাকখালস্বগী যাইফু চেপ্লা হৈববু ঙস্বন মেস্লে যেনথিমানববু পাবিনবা। মমাইবা থোংঙাইবনা মংফাওথবদি নস্বান খোইবোংপান লৈমোন চাইগোইপান পিদিংকোইলাস্বী চা পামেন উয়োক্কোন। নিংখৌ শাপাইপা উবিংকোনবু খ্বাই যোংযানফম। নাই ফম থানফমমং লৈচোন মথানফম। চকপা পুমশাইখোং খোংগাপাক লানজনরাই। রাংনু লৈমা চিনলোই খোংজোং লৈ লম্মহনবু ফৈনা লাল্লা রাতেস্বা। মৈদিংঙু শেনবী খাগেস্বগা ছয়েন লাল্লোয়নবা কবো ক্যাং ঙস্বা। খমচেং লৈমা খমজাইফবী খারম নিংখৌচনু হকম লানমিং নাইচিন ফুরোন হাওরোকসু রাংগোন মবৈমাবী। মুতু চনু স্না লাংমৈবেনবীবু কাইনা ছনবা। মৈদিংঙু শেনবী খাগেস্বগা ছয়েন লাল্লোয়নবা কবো ক্যাংঙস্বা লৈমা ফাবা। মরোই লোইনবদি য়েনথাকপা তোংখিনবা খুরাই কোকচা খুরাই ককচাং। মংরাই তুংরাইবা অকোই অশাওবা শকউ শাউদববু লোইনবিবা নংবু নেমশিক্কে।

থাংরাই মারনিংখৌ চাংঙু ওঁজা চিংমাবা ওকলেম্মা যাকানবা লাইরেম্মা পোংপৈনবা। চাংখোং পোইরেতোম্মা রায়েন খৌদা তমদিংঙে রায়েন খৌদা তস্বীবা। লাক্সোই শগোল অপাইববু পাইখিবগনে হায়না মখোঙ মশা থেক্সা বারক খৌপাও তস্বীবা। য়াওরৌ শজি অতেংববু নমু পোংগা মান্গে হায়না। চিবেন কোকথোংমা য়ারেন থরকপানা পানবা য়েকতল্লা কৈবেন য়াতল্লা পাল্লো হায়না খৌদস্মে। তাউজিং হৈরাং অচং নমু

পোংনাউ চংউ হায়না খৌদম্বা। তরা তোংনু লিকশি থারোন য়াইশেন য়াইফৌ তাংইশুংবী হামুক কৈগাবী। চেংমী ফৌগাক ইরোইয়া কৈতেকপী মোরসি নাওরেমতোন ফৌরৈমা ফৌনিংখৌ কদাইদা পাল্লো খৌদম্বনো। লংমাই লৌখমুং লৌরি শেন্দেইনুংদা খোংবান চামলৌ লৌখোং নমঙানা। কৈথেং খোংদিমা মপান হুইদ্রদুদনা মইে য়ামজেং কাওরোংশানা হৈদিং থৈঙানা পাল্লো হায়না তম্বা। চিংফৌ তমফৌ চায়িন মুমলাং কোপলোং খোমলাং থবি মাইরেন। শিংখা শিংথুম পানফুক পানফেই হাঙাং হাথুম। হরাই ভৌচা লীনাই খোইনাই শৌগ্রি ময়াংবা তিলহৌ চনমদি কদাইদা পাল্লো হায়না খৌদম্বনো। চিংবান নাপা তাম্বা নাতাং শরোং লুনা শীংজং উরাই হাই পামেন উরৈতুপ্পা। চকমোম মথিনাই খাস্তী মরাংহৌনা হানা নারোন শংপদা ওংও হায়না খৌদম্বা। মরুস্বী খোইমোম লাইরেম্বা চিংলৌই তমলৌইবী তোংবু গুস্বী লৈরক কাজাও ফাবীবু লুম্বা। মপারি মেন্দেগুম্বা মরাস্বা চিংশোম্বা তোংলোংখোম্ববু পারিনবা। মমাইবা খয়োই করিয়ানা মংফাওথবদি থাংরাই লৌরুচিং য়েনান লমনুংশি পোকথোক লম্বহন। মৈদিংগু খমলাং অতোনবনা শান্তুপচিং অকাবনা শাকমরাই নাওরেমতোম্বা রাইখোংরাইতাবা য়োইবাম্বনা তাওজিং হৈবানরাই। অমু খুৱাং পানবনা হৈশাং ওইনা ফা লাংমৈনা থোঙশংরাই নিঙেন লাইখুচাম্বনা মৈদিংগু খমলাং অতোনববু নাওথেমচিং। অৱাং থাংমাই লৌহনচিংবু থেঙ্গাইবা নিংখৌ। মচিং নুংশোইলৈমা লাইথোং তেনবী নিংখৌ কুরাওবা চনু মহিথেন খাবী য়েনাওমোনবী মরমথৈ য়াইথোং লম্বহনবু ফৈনা লাম্বা ৱাতেম্বা। শেনবী খাগেস্ব হুয়েন লালৌইনবা পুরুম গুম্বা থোনবা লৈরি শিনফাবা। কবো ক্যাংগুম্বা মরুপ্পা ফাবা মরোই লৌইনবদি থিংবা মরামচং লাইথাং হুয়োমশানা। চিংশাং শারাউ য়ুরাউখোনগা তমলিবা অকৌই অশাওবা শকউ শা-উদববু লৌইনবিবা নংবু নেমশিক্কে।

উমংলাইগী ঈরাংপা খৌনিবনচিংবা খুদিংদা “উমংলোন” পোংনিং লাইশোল অনি অসি য়াওগনি।

পোংনিং

কুমসনা কুমলিক লাইনা অৱাং চিংথং লাইদা কুমওই তিনবা কুম। পোকপীনা পোকপীহন তাইরোংনা তাইরোংহন। কেগে য়াংখোংজম নিঙোনবীনা লাংলেন কোয়াং মচৈশুনা ফৈনা ওনবী কুম। খোইনাইজম নিঙোনবীনা খোয়মা নারোম্বুদা লাংজেং তোনগা পকনা। কাওবেল শল খোঙ্গুদা মি়েংবীনা মি়েংহৌবা কুম। চেল্লা তন্দুম ওইবনা লৈতাংশেক্লা তাম্বা পামেন উইহ চানা গাওনৈবা কুমদা। হুপলেম্বা পুংমৈরোং থরোনা নুংগাসা হৈকক নারেংখোং থাংজিং কেবাক হৌবা হৈবা কুমদা। কুমসনা কুমলিকলাইনা। কুস্বী মনোংওইবা কুস্বু। কুমনোংতম্বা তমলি। থানোংতম্বা তমলি। সেনোং মৈনে পানোংমৈনে। করিহেন্নে করা হেন্নে হায়গনো। কসা বানলো লাইৱা ৱাল্লো খোংঙা ৱাল্লো কসা তিল্লিও খোমলিও শারিও। কসা মাঙদ চংলিবা য়াৱা তাম্বা ফেনবিও। য়াৱা কোংখাংলাই থিকতৌবা লাই অওক অচংলাই লোকলাং তিল্লাংলাইবু কসান নংনা তাম্বা ফেনবিও। কসা তুংদা ইনবী কসা লালতেক। মাবী থুমতেকমাবী করোং কাহাইবি শক্কু

শোইকুমাবী ফৌকু চাকুমাবী ললকু থমকুমাবী। কসা নংদি লোনকোরিও লালকোইরিও লোকলেদ্বী লোকও কসা নপাউ চাউগনো নথিং নপি তোনগনো।

হে ইপু থোংনাং নিংথৌ থোংনাং চিংবু তাম্মা খনবা। থোংনাং শল্লেচিং লিন্দুয়াংতেকচিং মেন্দে নিংথৌ সোরাবা। কোরৌখা মেন্দে নুংগাইচিং নীনা কৈসিচিং লৈখাম সুমদোংপোক। হাওনু লাউবী। লাউবী খাংখোম লাওয়েংচিংবু তাম্মা খনবা নফৌ নঙানপান নহৈ নরোংপানবু তৈনা শেদ্বীরকও।

হে ইপু হংগোইনিংথৌ শল্লেম মঙানবা কান্না শল্লেম্মা। নমা তিংনা পোংনু লৈমাচা। নমু পোংদি থা তরা শমোক থা তরা শগোল থা তরা শন্দং থা তরা ইরোই থা তরা। হামেংথা মঙা ওক থা মঙা হুই থা অহ্ম যেন থা অনি ঙানু থা অনি খনু থা অমা। মীরম পোংলম সনা লমওক লমুতৈনা শেদ্বিবা। নাপু পরৌ থোংজাও লাইরোকলেন অচনবা খোইমোম লাইমিংখু ফুম্মারম লাইরাং লালতালম। খুরোই হাওরা লমলাংতোংবু তাম্মা খনবা নফৌ নঙান পান নহৈ নরোংপানবু শেদ্বীরকও।

হে ইপু কৌবারেনও। কৌবা লৈমাচা কৌনু লৈমাচা ককয়াই ফমথিবা শংলৌ নাকান্না। তেকচিংনে তেকপী খাবুক তাংলৈ চিং মনাই তাবা ইয়া পঞ্জলম। সেকরাই তাওদন পোকপু তাম্মা খনবা নফৌ নঙান পানা নহৈ নরোং পানবু তৈনা শেদ্বীরকও।

হে ইপু শল্লেং নিংথৌ চাউবসু কোইরেন নিংথৌ কোইরেন অহ্ম থোনখংপদা রাতেম্মা। পোংপি পোংথাংনে শীংজং রাখাইনে রাখাই নিংথৌ মঙানবা। পন মরু চেংগোই ওইনম চিং সনা লুথোং পান লৈময়াই। থম্বাল নোংশারৌ চিয়াই শান্দেংঈ কেগে শীংজন খাইবু তাম্মা খনবাও। থাঙ্গ তোনবা নিংথৌ মোইরাং লাইতোন লৈমা খাংনৌ পুং। কেগে চাউবা পুংদা য়াংলৌ লৈপাকমাবা নফৌ নঙান পান নহৈ নরোং পানবু তৈনা শেদ্বীরকও।

হে ইপু নোংখোংবা শেল্লোই মাবু তাম্মা খনবা। শেল্লোই নাপকমা লংমাই চিংশামা শেল্লোই তকুপ পুরৈচিং শেকচিং চিংদোনপোকপু তাম্মা খনবা। নফৌ নঙান পান নহৈ নরোং পানবু তৈনা শেদ্বীরকও।

হে ইপু উতিন নিংথৌ উতিন উকাংনিংথৌ খৌখুরাকনে খৌশুনা তিল্লে। খৌরেন রাকনে শুক্লা তিল্লে শোইনা তিল্লে ললনা তিল্লে থল্লা তিল্লে ফৌনা তিল্লে চাকনা তিল্লে ভুবু চিংবু তাম্মা খনবা নফৌ নঙানপান নহৈ নরোংপানবু তৈনা শেদ্বীরকও।

হে ইপু মহৌ নিংথৌ মহৌ ফৌগী ফৌদা নিংথৌ। মহৌ ফমদোনলোনবু তাম্মা খনবা। মানবী নুংতেক মানা থুমনাউ চামসু ছপনা নোয়গীনোয়মম্লে। য়েমাউ চামসু ছপা নোয়গী নোইমম্লে। লাইরেন তাউরোইনাইবু রাংলৈ য়ুকৌহনখিএ। লাপোং শীংপোং মঙাসু চেনগী চেনশিনখিএ। পাংগী পাংশিনখিএ। নাহানুবী নুংদা পাকনা তাইনা চাকয়েন হৌরবগী হনবা লুক থুংদরবা হম্ম লুকথেজুবগী পাকনা তাইনা লিনগাম লাইগাম লাইদুবু লাইথুংলে। ফুইদিংঙা তজ্জা চনু তজ্জানুবী ফুইদিংরাকনা। হৈরেম রাকনা হৈরেমশিংনা ফুনিংশিংনা।

লৈগী নোংগী মরীথিনা মানবী নুংতেক মানা। থিক মারোক্কা থিকপদি হনবা হনু থিকথারে। হনবা হনুনা থিকমারোক্কা থিকপদি পোকমারোক্কা পোকপদি মপোক অনীরক পোকএ। মহৌ মহৌ পোকএ। মহৌ ফাইবোকচিংদা তোইবী তঙ্গাচনু ফুইদিংরাক্কা হনবা লুক থুংলবগী হম্বু লুকথেক্কাবদা। লিনগাম লাইগাম লাইসু লাইকোক্কে। লাইকোকচিংদা মহৌ ফুদিংলোন যারানা পুবাচিং। কোংখাংনা তাউবচিং লোকতুনা খোমদুনা লোকলেম লানলেম্বা শেম্বাচিং। শান্না থাঙদোম্বা তাউবা চিং মানুং কৈদাইচিং মহৌ ফাইবোক চিংবু তান্না খনবা ও। মোইরাং থোইয়াদি থোইয়া তরা মঙামা। মোইবদি অহুম্মা থোইমা থোইয়াশিংও। মোইবি রানল্লো মোইবি শিংও শরুকসু থোইবিয়ো। থোইয়া নমায় ওনগনো ননা হুমগনো শঙ্কৌ লাবা মিৎয়েংনগনো পোংথৌ লাবা মিৎয়েংননা খময়েংনবীগনো। অখিদি অখি নঙ থেশ্বিও। অরাইদি অরাই নংনা থেশ্বিও। খাবী ইচিললেল অমাই ইয়াথংনে মোরি ইচিন লেমে। মোরি ইয়াথংনে ঐদি অমাইখোমদোমে। খাবি খোমদোমে খাবি ঐবু শোল্লমদে যৌরমদে হায়গনো। য়ীরোন পোংলোনবু ফংলমদে যৌরমদে শল্লম ওকলম্বু ফংলমদে হায়গনো। হৈকু লাকুলোনবু ফংলমদে যৌরমদে হায়গনো। মমি যাম্ববু মমি থিবিগনো। মনাই যাম্ববু মনাই থিবিগনো। ফুঙ্গাগা তারাওয়াম মশল মওকয়াম মহুই ময়েনবু য়ারা লাইবু ফাবিগনো। থিকতো থাদৌলাই অওক অচংলাই লোক্কাংতিল্লাং লাইবু ফাবিগনো।

হে ইপু মহুইনিংথৌ মহুই ছইথোকপা পাঙন লাইবু তান্না খনবা। পাঙন থারুক মেন্দাং লাইবু তান্না খনবাও। নফৌনঙান পান নহৈ নরোং পানববু তৈনা শেশ্বীরমও। নিংথৌনংবু পাউতাকপনে। শঙ্কৌ লাবা মিৎয়েংনবীগনো পোংথৌ লাবা মিৎয়েংনবীগনো। অখিদি অখি নং থেশ্বিও। লৈনুংশাবু থেশ্বিও পাবি পুরিখোই মেন্দে মেম্বাংথোই লাইজ ঈফুৎথোক্কাববু মেন্দুম মেনশিনিগে তাইদুম তাইশিনিগে। অপোক অপানবা তাইজং মেঞ্জংবা নংবু কোল্লৌ কয়্যাগে হাঃএ।

উমংলাইগী ঈরাং খোনিবা থবক খুদিংদা উমংলোন পোংনি লাইশোন অনি অসি য়াওগনি।

তুদৌরোন

হা উং হায়েং হেবু খুনমাবা লৈমাবা অতোংবা অরেংবা খুল থন থন ঙা তু তু। কুমজাগা ওইরিবা খাজগা পাল্লিবা মৈবি সল্লাইমাগা উরেন চারগা থৌরান নোংলৈকা ওইবা ঙাঙৌববু তাইশিক্কে। নচীপাপু পুনেমশিক্কে। নচী ঙাংঙৌই য়োইমোংবা। য়োইচিঙ হৈ তমহৈবা। তমপাক লোলকোয়কা লালকোয়কা। শারোল পুঙমায়কা। লৈকাই খুলতিল লাইতিলকা। য়িমচিন চাকা য়িমলাই কৈরাইকা তাউখঙবা। সানৌ য়োইহৈতোন ও নংদি তাংজা লিল্লা পাখংবা রাইচং লম। লিলরাই য়ী মরু নুংবী খলকা য়ামদে লীরেন কংশি নিকতে। তামনা ফোইথু হকতে মেল্লাং তলপা খুংয়াওঙমদে। শংলৌ য়েম্মিকীদি য়েন থারাপ থরাপ নাপাকপাদি থাঙকোন চেসৌদে। য়েল্লাং খুংখাঙদে নোইনু থুমগা লৈবরম সানৌ নং খৌনাও। নসাবী ঙাংঙৌই য়োইমোংবা ঐদি অরাং কৌবা য়ী মরু চিঙপল পলমারু। তুরেল লোকচা মংজা য়ীরমদি নুঙবী খলকা য়াময়ে লীরেন কংশি

নিকয়ে তামনা ফোইথু হকয়ে মেঞ্জাং তলপা খুংয়াও ডাময়ে। সংলৌ য়েমিকীদি য়েন থারাপ থারাপ নাপাকপসু থাঙকোন চৈসৌয়ে। য়েঞ্জাং খুংখাঙয়ে নোইনু থুমগা লৈতে নসাবী ঐ খৌনাগে। হায়খিয়ে। ঙারা ঙাসিং খৌবেল খৌয়াঙ য়াঙকন শুজা ঙাপী ঙাক্রম সারেং মৈহন ঙারেন কোকপাক পেঙপা মুকলাং ঙাখি ঙারা তেজোঙ সমফা ঙারিল তোংচঙ ঙাখা ঙামাই নোংয়েং ঙাতুপ নোংলোয় কুমচেং কোকফাই ঙাচিং চিংলোইনাইকা অসি পুম্মক য়াওনা তুতৌথরাকয়ে। রাখারেকনা খৌচেন লানচেন জাখিয়ে। পোলপী সাঙাইরাপানা মকোক সিঙতুম লুরোয়থেংনা সিনাই খায়কাচঙ পালচি মীকোকয়ি লৌরায় হাওয়ম মোই চেক্কা মোলমোয়কাঙনা মাথা ফিঙাং কিসিনানা চৈরৈ ফিপায় লোলপায়চাখিয়ে। উরোক লমপুরানা চৈরৈ ফিতুং খাওন্ননা চামলৌ লাখাঙ সিঙখাঙজখিএ। কাংফ্রকনা উরাউয়ে উথুমন্যা পুঙতোয়যে। মৈতেংঙু ঙাংঙোই য়োইমোংপাতি তুরেল খুনিঙ খুয়াথেকনা হুপসিং হুপয়ারোঙবু মোংবা তুতেংখাখিয়ে। হাওরৈ খানা পাংপারমকী ঙাপী ঙাক্রম পুম্মক লেমলৈ ঙাসিংসুনা লমতমখংলকপবু। পোলপী রাসোইপোল অমুবনা চিনকোই পাওরলঙামপাকী সারেং ওনতেখিয়ে ঙারেল হলরাইখিয়ে। ঙাংঙোই য়োইমোংবনা পোলপী রাসোইপোল নংনা চিনকোই পাওরলঙামপাকী সারেং ওনতেখিয়ে। ঙারেল হলরাইখিরে হায়না পোলপি রাসোইপোলপু মখেঙ মসাতেকনা বারক খৌপাউ তমখাখি। সারেং সমসাংপীনা ঙারেন কোকপাকপা ঙাপী ঙাক্রম লেমলৈ ঙাসিঙসুনা অমরক য়াকারক্লে। ঙাংঙোই য়োয়মোংপাতি সোইরৌ খমলৌকা লুথুম লাংখাক্কা মুনম খোইজোংকা তমনারকলে। থুমনাউ য়েন্নাউ অপকমা পুম্মকপু পাওহংখিয়ে। নেমপী সিঙনাংনা কাউথারক্লে পাকনা চাউনা য়িনথারকয়ে। থারৈ মফাওথাখিয়ে লেমলৈ মছনখাখিয়ে। মাপু হাওয়িম য়িমনাক ১০০ তাপাদা রায়থুংলুরে। হাওয়িম মরৈমাপী হাওসি পলথোঙখৈপী লাল্লোই য়িমখৈ ঙাকপী। পাসী খোইতোম লুথ্রাবী খৌরৈ য়োংমিংনবী তেংনৌ তোলথাঙনুপীনা পাউহংঙাময়ে। ঙাংঙোই য়োইমোংপা য়োইচিঙহৈ তমহৈবা সানৌ নচিন ননাওবু করি লোইবু লোই হাইগে লাকপনো। ককলেন মীঙমপা নমু পোংচেলপানা লান্দারিয়ে ইতা খুনপোইফদে লৈকাই খান্ধী মৈরৌফদে কংলৈ য়াথোকফদে সুনা হাওতৈকাঙ নাল্লা তেমচিন লোনফদে। সানৌ নচিন ননাওবু ককলেন মীঙমপা নমু পোংচেনবনা হৈরাকনে হায়না পাউমেল ডাময়ে। ঙাংঙোই য়োয়মোংবনা হাওসি পলথোঙখৈবীও ককলেন মীঙমবাদি কদায়দা লান্দারিবনো হায়না পাওহংখিএ। ঙাংঙোই য়োইমোংবাও নমু পোংচেনবাদি মোংবা চিংনুংছংতা লান্দারিয়ে পাউখুমখিয়ে। ঙাংঙোই য়োইমোংবনা সানৌ য়োইহৈতোন ও ফানা হৈবু সেমসে ছলনা লাংবু তাওখঙসে হায়খিয়ে। থোংনাং মনতৌবিবা ফৈপাক তাপুনলাং কালতা কিসিলাং মোমনু সুনা থাঙতিল্লাং মোংপা য়িনকোইলাংপু য়িনুং সোইয়াইমাদ লাংসেমখায়ে। ঙাংঙোই য়োইমোংপানা চংলম ফানশাংয়িলনা লাংখাখিয়ে। ককলেন মীঙমপাতি লৈমারক লৈহৈপানা লৈফুরৌয়ে। সানৌ নংনা ফায়িসু হায়কুনো নসাপী ঙ্রনা ফায়িসু হায়রৌই। লাপা পুঙসিন তুহাওলিংদরি সাকল তুফাং হৌদরিয়ে খুমু নৌসৌসে হায়খিয়ে। হাওয়িম য়িমনাক ১০০ তাববু অতোম অমেললৌই হুইচুপ খোঙকাল্লোই পল্লিং থোংলিংলৌই ফিপুন লংপুনলৌই লৈতৌয়োং নাফালখাঙ লিল্লা খাঙনা খন সমচেং সময়ালৌই তুল্লাইকুপ তুল্লাইখা খোঙয়োম তায়োমলৌই ফুংকাপাল মৈসালাংবু লৌচলনারময়ে। মমাইপা থিঙকন মরিংমাই শলথোঙ রাপুমাইনা। হুইমু মনুংলৌ য়েনমু মথিকফাং মেঞ্জাং তলপা মনাকমেং সতু মালতেক

ফোয়না। চুকসা মোইফেনতম চিনফু মায়তাকা থিকসেং থাংসেংকা তমপীপা। খুনপী কাপতিংচা কাকফৈ নোংয়েংচানা যিমু ফিরাকসানা খৌনাপাপু লোয়নরিপা। মরুম্বী হাওনুখু হাওনুহন লাইতোংখু লাইতোংহন্ন। যেনয়োম খোমহালকা সিংপাক মায়তৈকা চাদুম চাঙালকা। হোঙনেং চাওনেংকা সাচুঙ লাল্লঙকা য়ুহি চাহিকা মেরা মেনতোংকা পুন্না তমনারকয়ে। নংবু নেমসিক্কে মানেম মাতাইথোক্কে মাতাই মনেমকে।।

চুপ শাবা :- ঈশিংদা শিবা উদা বাদা শিবা শাবুক ঙাবুজা শিবা পুম্মক চুপ শাগনি। চুপ শাবদা শোনগদবদি:- অনম অথৌ, নাইরোন, ঈরু লাইশোন, অতাই লাইশোন অসিগা লেলায়ননা তুদৌরোন, নুমিংকাপ্পা, মাইবরোন লাইশোন শিং অসি শোনগনি।

মাইবরোন

হুমাই হা উং হায়েং চুককা কোংকা মৈশুং ওইদে মৈবা ওইদে নেং চনেংথেংনা পালহৈ সাহৈনা চুক ওইনদে লাইওইনদে। তুপী য়োইনোংদা নোংদা লাইবেল পাখংবা লোইবেললোক খুনপীবোক মহৌবোক চানারোক। মরুম্বী লাইশাদি ফুম্মোইনা য়ুম্মোইনা মপাবি খাইচানা যাইতোমচানা মপীওং মপাওং পাওং পুওংননা পাসাবাপাপু। নমাইবা কোনতে খুচুমমাইনা হুইমু মনুংলৌ যেনমু মথিকফোই মেল্লাংতনবা মনাকমেং। সাতু মালতেক ফোইনা চুকশাতম মোইফেলতম চিনফু মাইতাতম মিংলু মাইরুতম থিকসেং থাসেংতম। নেংচানেং থেংনা পালহৈ সাহৈনা চুক ওইনদে লাইওইনদে। ঙাংঙোই য়োই মোংবদি সন্তোঙবোক পুঙবুরোক মতৈ মনাওতু লরাইসিন কোইবেনসিল থিক্কাংসিল থারাংসিল। পুন্সিনববু মমাইবা নোংচুপ হাওরোংমাইনা হুইমু মনুংলৌ যেনমু মথিকফাং মেল্লাংতনবা মনাক মেং। সদু মালতেক ফোইনা চুকশা তম মোইফেনতম চিনফু মাইতা তম মিংলু লাইরুতম থিকসেং থাসেংতম। নেং চানেংথেংনা পানহৈ সাহৈনা চুক ওইনাতে লাইওইদে। ঙাংঙোই য়োইমোংবদি চিঙকেন হৈখরে তমকেন হৈচারে। অতোম অমেল্লোই হুইচুপ খোঙকাল্লোই পল্লিং থোংলিংলোই ফিপুন লাংপুন লোই লৈতৌয়োং নাফালখাঙ লিকলা খাঙনা খল। সমচেং সময়ালোই তুল্লাইকুপ তুল্লাইথা খোঙয়োম তায়োমলোই ফুংকাপাল মৈসালাংপাপু লোইচল্লকয়ে। মরুম্বী হাওনুখু হাওনুহন লাইতোংখু লাইতোংহন্ন। যেনয়োম খোমহালকা সিংপাক মাইতৈকা চাতুম চাঙালকা হোঙনেং চাওনেংকা সাচুঙ লাল্লঙকা। য়ুহি চাহিকা মেরা মেলতোংকা তমহৈপু লুমনবা কাকলেন মীঙমপাপু কাইনা ছনবা। মমাইবা থিঙকন মরিংমাই সন্তোঙ রাপুমাইনা হুইমু মনুংলৌ যেনমু মথিকফাং মেল্লাংতলপা মনাকমেং সাতু মালতেকফোইনা। চুপসা মোইফেলতম চিনফু মাইতাতম মিংলু মাইরুতম থিকসেং থাসেংতম। নেং চানেংথেংনা পালহৈ সাহৈনা চুপ ওইনদে লাইওইনদে। হৌরেংচাং লাইবেংচাং থোংনাংচাং মাল্লেচাং। লোল্লোইখু লোল্লোইহন চাংতেংখু চাংতেংকাই। কোইনাপী খুনৌপী সঙনৌপী তুসৌপী লুফাপী সমকাওরে তুকাওরে। পারিয়াম ইমোম য়াম য়িমনাক য়াম চাতায়ামববু খিনখাইরা

ওৎখাইরা। হয়েংসোই মনুংসোই তাল্লোইপীনি হায়তানা ফৈরাতান্দাথোং ওকথি লুম্মাংকোন খজাই লেংলোইচুপ। মীকপতম মীরাংতমনা কপনরববু। মমাইবা য়োইনৌ তিল্লাংপোকসুনা ছইমুমনুংলৌ য়েনমু মথিকমেৎ। মেজ্লাং তলবা মনাকমেৎ সাতু মালতেক ফোইনা। চুপশা মোইফেল তম চিনফু মাইতাতম মিৎক মাইরুতম। থিকসেং থাসেংতম। নেং চানেৎথেৎনা পালহৈ সাইনা চুপওইনদে লাইওইনদে।।

নুমিৎ কান্না

হয়া হে য়োইময়াই তাউতলপা নুমিৎ সনা খোম্মদোন অতোলপাপু। মপাল কোরৌ নোংপুখোলপী মালেম লৈপুক্কাইনা কোরৌ নুমিৎমাতা মপারি মঙা শাংয়ে। মপারি হান্না শাংপদি থাংয়িকুম চিৎশাংনা লোইমোমকুম পোমকংনরে। মালেম লৈদা কুমনা লৈশৌখোমমিৎ ওইথিয়ে। থায়ি অহোংবী লোইমোম অটৌপীকী হৈনা মতুংইন মোরসি মাকতংওইথিয়ে। মপারি অমদি কোরৌ চুমমিতাং রাংপল নুমিতাং ওইথিয়ে। য়াওরৌ শা শংঙাই শংঙাই লামপীচাকী হৈনা মতুংইনা শংঙাই অহিংমিৎ ওইথিয়ে। মপারি অমদি নুমিৎ মনাও কাইতেঙমপা কৌয়ে। মনাও কাইতে ওমপদি মানা ছকমন হামনবা য়াঙমন কাইমনবগী থোংনাং য়োৎলু কাওসৌ শোরাক্কা নোংহামলে। য়াবেন খোংচিতোন্না লিক্কোল শলয়া ওইথিয়ে। নাকলু মোইফাংতোন্না থাঙসাং ময়িনাইবা শাল্লোনথিয়ে। তাংজা মশমতোন্না চিঙনুং চেংঙাচনু খুন্নায়ে কাংবা লাংতোং খুনঙমলৈ লম্বু খাঙবা পুকুমলৈ নোংপাল্লোন খমপা ফবী খোকলৈ তোলপুঙলৈ শারা চুমপুন্না লাইশম তোন্নাঙলৈ অঙৌবা শালওনথিয়ে। য়োয়ময়াই তাউতনবা সনা খোম্মদোন অতোনবগা মশাবী তাউহইরেং অহলপাকা নুমিৎ অনি চৈওন্না থপী অনি লেংশিন্ননা পাল্লমঙৌগী স্বাইনোংচেলবম নাইজা য়েকমা হাউতংলা নমু পোংঙারাজা আতনবনা রাওইরকয়ে। য়োইময়াই তাউতলপানা নুমিৎ অনি চৈওন্না থপী অনি লেংশিন্না অসিবু ঐদি তৈয়ম মীনাই ওইবনিগীনা লাংবল উয়ুং শিঙচঙপোৎপু অনিরক হলরাইঙমদে। তরা লৌচেনপোৎসুঙ অনিরক ওনতেঙমদে। ইপারি হাউতংখু ইমোম হাওতংহনবু নাউয়োকফদে। মোম্বু তাল্লোই ইরুম্বী হাওনু চংখানুবু লাংকোনফদে হায়না রাওইথিয়ে। স্বাই নোংচেলপম পিপা য়েকমা হাওতংলা নমু পোংঙারাচা আতলপানা মোম্বু তাল্লোই মরুম্বীবু পাউকৌথিয়ে। য়োইপুনাই পেম্মা হাওনু চংখানু শাফবীও নপাম বানিরুও। নপাম শেল্লোই লংমাইরা লংমাই খুলচিন মুচুমরাবু বানিরুও হায়না খৌশীখিববু রাপীনরকতে। মপুম থোংখোঙ কায়নরাবু বানিরুও খৌশীখিববু থোংখোঙ কারনরা কারন নিংখৌ সোকপামপা মচিঙলেন কারন লাকপা খৌমনতৌপা মচিঙশাংদা পানবা রাবু রাপিনরকয়ে। স্বাই নোংচেংপম পিপানা কোরৌ নুমিৎ মঙানিবু লীখাও তেলখাঙথিয়ে। অউপ্পনা লীকা ওই অরোংবনা তেলকা ওইনা কোরৌ নুমিৎ মঙানিবু লীকৌ তেলকৌরবকা। ককচেং লাব মরিন লৌ খোইচেং লাব মশিন লৌ ছগা তৈ পান্দাথোংনা ঙাইখমলে। য়োইবুনাই পেম্মা হাওনু চংখানু শাফবীও। লাইজ ইপাল্লাংনা পুন্নাংলুরোই থোংলুও হায়না খৌশীথিয়ে। মোম্বু তাল্লোই মরুম্বীনা ঈমু ময়োন শংনা লৈরাই ছইশোন কারকপদা পুন্নাং লুরোইথোংববু পাদমবসুঙ পাচুরে। কোরৌ নুমিৎমদি মোম্বু তানলোই মরুম্বীগী চোমলাং কাওখঙ মনাশিবু পাতম্বসু পাচুরে। কোরৌ নুমিৎমদি শেদ্দাং খরুংমপান

তোংববু পাদম্বসু পাচুরে। ঝাই নোংচোংপম নাইচা য়েকমা হাওতংলা খাপা ফানতোংপানা য়োয়পুনাই মোম্বু তাল্লোই মিরুস্বীও। তরা চায়েমও রাংলৈখোমহানও ওকলেন লাব লৌচঙবা লাইরেল লাব লৌতাববু লৈয়ে থিংলৌ শোকনরু ওকলেন হানারুকে হায়না থেংকোয়খিএ। থেংয়া লমনুংশিদ তাংজ লমফমলে লিললা নাথেংলবদা। য়োয়ময়াই তাউতনবা সনা খোম্বদোনদি লমলেন লৌইচিঙ শারোনয়াদ তরৈ তরৈ লৈথাখিয়ে। মশাবী তাউছইরেং অহনবদি নুমিং মশোংচাউনা হিংহিং খেনকারক্লবদা। ঝাই নোংচেংবম পিবা য়েকমা হাওতংলা নমু পোঙ রাচা অতলবনা লীরি থমোইতিং লাকা তেনমৈ লাকনা য়োয়ময়াই তাউতলববু তমন। কাপখিববু নুমিং লাংকোই মখুংনেত্তা তেনবাল্লবগী মরিং খুনবীরোক চাখা যাবীরোক্তা লুতুরে। অঙালবা সনা খোম্বদোলসুও ঝাই নোংচেলপম পিবা রায়রা মতেনচাবু শোংকিরবগী। লমলেন খুনবীরোক্তা লৈমুরোন তক্কমা লৈহাউরোন মঙামা মপল লাইরেল তাউরোইনাইগী তুপী ময়ানুংদা শান্দুপ্লবগী। পোইরৈ চিন্দুম চিন্না রাংঙম থমনা মল্লে। লম্বু ভুবু তরেং লাইকম থন। নেমদা শোয়দানা নারোনশিঙলোমরবগী। হাইকু লৌকুস্বীনা লৌকুমদা হাইচেন লৌতাবীনা লৌতাদরবদা। নিংথৌ পোংবা তরামনা য়োয়ময়াই তাউদলবগী তাংজ মখোঙখুনবু থিখঙদরবদা। খোয়নৌ মতা হাইকু লৌকুস্বী হাইচেল লৌতাবী অনিমনা হায়না ঙাময়ে। খোয়নৌ ইতা ঙাইরোইনাইও লল্লে খুনবীরমদা লৈমু নিন্দুম নিন লৈহাও ঙান্দুম ঙানবা অসিবু করিমৈনো হায়না পাওহংববু। হোয়দা খোয়নৌ ইতাও তাউদনবা সনা খোম্বদোনবু মপল লাইরেল তাউরোইনাইগী তুবি ময়ানুংদা শান্দুপখিরে। নুমিং মঙাল অরাবন হায়না পাউমেগঙামববু নিংথৌপোংবা তরামনা নাতারবগী মরান ওন্দরক্লে। চকপা লমলাংমাইবী খোমলেন মঙজঙখৌবী মঙপোং চাদাংয়াবী খমনুং চংরায় তেস্তী অমন খমপুং লাকপী নংব লাওও। য়োয়ময়াই তাউদলববু পাউথেমলুও হায়না খৌশীখিয়ে। চকপা লমলাং মাইবীনা তাউতনববু পাউথেমলুইয়ে। য়োয়ময়াই তাউদনবা সনা খোম্বদোন নংনা শান্দুপখিরবগী পোইরৈ চিন্দুম চিন রাংঙম থমনা মল্লে। লল্লে খুনবীরমগী মালেম মানমশীনা নোংশারা-ও হায়না অসুম পাউথেম্ববু অঙালবা সনা খোম্বদোলা পাউখুমলকয়ে। হোয়দা চকপা লমলাং মাইবীও লাহাল পলেম ইমা কোরৌনোংবু খোনবী মালেম লৈবু লুস্বীনা কোরৌ নুমিংমাদা মপারি মঙা শাংয়ে। ইশাবী হান্না শাংপদি থাঙয়িকুম চিংশাংনা লৌইমোমকুম হামকংনরে। ইশাবী কাইতেঙমবসুঙ থোংনাং য়োংলু কাওশৌ শোরাকদ নোংহামলে। ইশাবী তাউছইরেং অহনবসুও ঝাই নোংচেলপম পিবা রায়রা মতেনচানা নুমিং লাংকোই মখুংনেত্তা তেনবাল্লবগী কোরৌ মখনমা রাংবন মরোনমদা শান্দুপলিয়ে। তাইবং নোংশাপান্দা ইদোম লেপঙমলোইয়ে হায়না বাকনলবগী। চকপা লমলাং মাইবীসুও মরান ওন্দরক্লে। নিংথৌপোংবা তরামাও য়োয়ময়াই তাউদনবনা তাইবং নোংশাপান্দা নুমিং ইদোম লেপঙমলরোই হায়না পাউয়াঙমদে হায়রবদা। নিংথৌ পোংবা তরামনা তম্ফা রাংঙল্লোন পানথোইবীবু য়ৌনেকখিয়ে। তম্ফা রাংঙমলোন খাবী লেংনাউ মোমস্বী তুবি ঙাংয়েকচনু তৌরা নোংতংলেংবী খুয়োন ফৈদংলৌবী কোরৌ নোংমাইহনবী মালেম লৈমাইহনবী অঙালবা হেল্লোয় চংবীও নপা লাইরেল তাইরোইনাইবু পুনেস্বীকুও। অঙালবা তাউবা মছইরোইনাইবু পাউথেস্বীকু ও হায়না ব্রাহ্মলবদা। তম্ফা খোংনিঙচঙবী য়ৌইবু উনালাংবী পামেল উথারাউবী তমফা রাঙমলোলা পাউয়ারবগী। নিংথৌ পোংবা তরামাও অঙালবা সনা খোম্বদোনবু পাউথেমও হায়রবদি মালেম লৈপী খোঙরায় শেমও।

পাগী পারম তাবনা পারাক মঙা শা-ও। নুগী নুরম তাবনা পাথোম তরুক থোমও। ফৈরোয় মঙদারুক ঙাইথোং তোলবা মনাও লুক মনুং থোমওল্লুজা চান্নৌ লারোন ঙাইথিঙ য়ৈও। চেংঙৌ ফাহাপ্পা য়েকুম কাংখিন্না খরিথোমকা হান শিং শিং লাগা য়োম ও। তরেং শেদ্দি মারাই য়ি নৌইনু কাকুপননা ফিমু লৈরুম শীও। মাচেঙ কাইরৈ অঙৌববু য়েনবা খুরৌ থাংও অসুম পাউতাকলবদা। নিংখৌপোংবা তরামনা তমফা মপাউতাকী শংলৌ খৌরাংরবদা। তম্ফা রাংঙল্লোম্মা কাইরৈ অঙৌববু নাক্তা য়েপ্পা মঙপোংচাদংপুনা লল্লেন খুনবীরমদ মালেম লৈবী খোঙরায়কুমনা মপল লাইবেল তাউরোইনাইবু পুনেমলুইয়ে। য়োয়ময়াই তাউদনবা সনা থোম্মদোনও নংনা শান্তুপখিরবগী পোইরৈ চিন্দুম চিন্মা রাংঙম থমনা মমলে। লমলেন খুনবীরমগী মালেম লৈরোনফাওনা কংলৈ পুম্মা ঙাম্মা নোংশারা ও হায়না পাউথেম্ববু হোইয়ারবগী মচেঙ কাইরৈ অঙৌবনা মালেম লৈপী খোঙরায় অমা কানা খোংখৈরবগা।

য়োয়ময়াই তাউদনবসুঙ মালেম লৈপী খোঙরায় অমা কানা পাথোম্মাতান পারাক অমা কারকয়ে। কাইরৈ অঙৌবনা মালেম লৈপী খোঙরায় মঙা কা পাথোম তরুক তান পারাক মঙা কানা অঙালবা সনা থোম্মদোম্মা হিংহিং খেনকারকপবু। নিংখৌ পোংবা তরামনা মিৎয়েং শানতখববু নুমিং মমায় মকয়ে থপী মমায় তাইয়ে। য়োয়ময়াই তাউদনবা নুমিং মচুপশাবু শাবীশে হায়না। নোংদ লাইরেন পাখংবগী কোনদে নাকথংমাই পোইরৈ কংলৈ কেনবনা শারেন য়েংলমফম কেগে মমাইবা থিঙকোন মোরি ফৌপীচা লৈচেং লাংমাবা খুয়ান উরা কোনবনা শমু ওইরমফম। পুরুম চিঙয়ায় কোয়রেনয়িগা কাইরৈবা য়েনলুমগা য়েনপঙ ফাইপঙ পুংফংই তোলয়াম নাপু নাশেন থিঙ নাখায় থিঙ নাতাঙ নাখায় নাতাঙপা নৌহিং নাহকপা। শিদ নাদবা য়াওনা লাইজ খৌপী ঈয়াশেংনা নুমিং মচুপশাবু শাবীরবদা। অঙানবা সনা থোম্মদোনদি নুমিং লূনা কা থাপী হেন্না তাল্লকলবদা নুমিং মমায় লূবে থাপী মমায় পানলে। অঙানবা সনা থোম্মদোন অতোনববু তমফা রাংঙমলোন খাবী লেংনাউমোমবীনা মাচেঙ কাইরৈ অঙৌবাবু নাকতা য়েপনা পাউথেমফবা মৈবু।

লাহমোং ময়িম শেল্লোই অশৈবা লংমাই তেংথাব মাপন তরেং চিঙগী লাইরুফাবীচা শংলৌচিঙগী খোকয়ানফাবীচা। লংমাই খোয়রি হায়বা চকপা কাশি ঙম্মা লংমাই থেলপুঙ লাংপনা য়োয়ময়াইবু তেংথাবদি। চিঙগী মমিং মাম্মা থোকয়ে চিঙমিংমানগী য়োয়রেনবা নোংগী মমিং মাম্মা থোকয়ে নোংমিং মানগী য়োয়ঙানবা। শোল্লোই আয়িমনাকপু থৈয়োং লোকমায়হেন শদু চিঙলাই ঙাম্মা নোংশারা-ও হায়না তেংথানয়ে।

য়োইময়াই তাউদনববু ময়িম হৈরেম চাওবপুঙ খুনজান শাংবা য়ায়দ তেংথানবদি। হৈরেম অশৈব খুনজান তেংথাবা লেংনাউ হাওথোম্ব। হাওত্তং পুংদোয়বা কাঙকু ওমনাওচা পুঙকেন নানৌসু। ফকলাং লোনজানুংদ মদোম রাবীরাকনা তেংথাবদি। আয়িম হৈরেম কৈনু লৈম্মা খুনজান থোঙকন তেলহৈবা চনু তুরেল নামফৌ মচন। খানলৈ লৌকুম লৌকাশেন তাংখুন খারা থাঙমনখুং লাইজ মিয়েংশেল অপানবা ও। আয়িম হৈরেম চাওবপুঙবু থাউপী লোকমায়হেন শদু চিঙলাইঙান পামেল উখাঙলোম্মা নোংশারা-ও হায়না তেংথানয়ে।

কেগে চাউবপুঙ মোইরাং শাংবয়ায়দ তেংথাবদি। কেগে অশৈব মোইরাং তেংথাব খুয়োন চৈমাৰ নুকেস্ব নুয়াম শাকাৰ। হাওৰা পোংমানাও লাহাল খোয়রিসু মরোয় কাচেং লমথেংঙৈ। থোংঙাই অতোনবা কেগে পুয়াঙ চৈমাৰ নিংব চৈমাৰ চৈমা নুকেমব খায়চেন চম্মাপা চৈমা অশৈব খানিং মিকৌৱাকনা য়োয়ময়াই তাউদনববু তেংথাবদি। নুঙমুখজা নাউপেংব নুঙমুরাজ অঙৌব নুঙঙৌলকতা নাউনৌব নুঙঙৌরাজ অরাংব চানা লমথাঙথৌনা খোয়রেনবা লাইজ ঈপাকথকতা মিহ্নব লাংলেন কোয়াঙ ৱাতোনথজা মিংতাকপা মৈও। আয়িম কেগে চাউবপুঙ মোইরাং শাংবয়ায়দ লাইজ ঈরাই গুন্না নোংশাৱা-ও হায়না অসুম তেংখানায়ে।

হাওৱৈ খানা পাংবরম নোংয়াই চাওবপুঙ অদোন শাংবয়ায়দ য়োয়ময়াই তাউদনববু তেংথাবদি। নোংয়াই অশৈব খুনন তেংথাব মপন লিনসুরোন গাহোঙবচনু পায়মা লিনগোইগী। থোইব লাংখম চিঙহাওসু চিঙখম লৈরি শাচেনৱাক থৌবাল থৌকাব লমলোয়ৱাক লমকাব ৱাংথারাক। লৈখম মোইনুৱাক হুইঞ তোমলাংৱাক হাইনু খোঙকালৱাক তোলপা থংচিঙসু নোংয়ায় হাওমাৰ খুনন অদুসুঙ মদোমদে। নৌততোন অশৈবনা তেংথাবদি য়োয়ময়াই তাউদনবা য়েজ্ঞাঙপানগী নাবেকপা চাউখোংপানগী হামটৌব য়োয়শিংশিঙকী তাবংব লাইৱেন য়োয়শোমপেঙ শোমপেঙ লৈনৌবা য়োয়খোমথোক খোমথোক নানৌব য়োয়পৱেং লৈশংবা নোংয়াই চাওবপুঙবু পুমনা গুন্না নোংশাৱা-ও হায়না তেংখানায়ে।

পোইৱৈ তানথোঙ ময়ুংকুই ৱাংঙম লেমথোঙ মফৈপাকপা পুঙদ তেংথাবদি। পোইৱৈ অশৈব ৱাংঙম তেংথাব পলেম মমা খোংলৈমা লিকশিসু পায়মা লিনগোইগী। পোইৱৈ লৈশাংখৌ আহনবা মাৱাক মরনলেহ্না মক্ৰি লনথোইব লাংলেন চানা যিথাঙথৌকুমপা। পলেম পিমিং মাঙলববু খায়োয় লৈনাথানা পলেম পীশকপা পন্তৌ পামিং মাঙলববু লোয়য়ম ৱাংঙম লৈনাথানা পন্তৌ পাশকপা। লৈরক খোংলেন মরিন তংলবা হুপলেম খোমশীলোন তৌৱা লামথনা পোৱোম মতাংকা। পোলবী য়োমদংপেনা কাক পোইদু খোংনরববু লৈরক চেমা তাম্ম খোংখঙব। লময়ায় পুঙমিং মাঙলবা য়াওৱৌ শাতোকপা তোকমু মৈশাংব লাংবল শাউনকোই লৈপুঙ কোয়চাউবনা যাকানারববু লময়ায় চেমা তাম্ম পুঙখঙব। চিঙয়া থেৱাংথেনকা মাঙলববু শাফু চাক খুচুমতা লাংহৈ চাতেলপানা শাফু চিৱোন চন লাংহৈ য়াথাপীনা চিঙয়া থেনমিং মাঙলববু চিঙয়া চেমা তাম্ম থেনখঙবা। লময়ায় কায়মিং মাঙলববু ওকলেম হুময়ান লাইৱেল হুমথিনরববু লময়াই চেমা তাম্ম কাইখঙবনা তেংথাবদি। য়োয়ময়াই তাউদনবা কোৱৌ নুমিংমাপু চাউকাপাৱা চাউদবা। লোইদাম থাপুমমাৰ শাংকাপাৱা শাংলকতে। য়োয়ময়াই চাউচন চুনবা শাংচন নিঙথিবা হাম্মনা পোইৱৈ সনাপুঙদা তেংখানবা মৈনে। য়োইময়াই য়াইৱেনশিদবা অঙালবা সনা খোশ্মদোনবু চৈনমদনা তেংখানরকয়ে। য়োয়ময়াই য়াইৱেন শিদবগী য়াইখঙ মশানম নিঙথিববু নমঙমদ তপ্তা সনা মাঙেথোন থোনঙমলমদে। য়োয়ময়াই তাউদনবা নোংখিল লিক্কু য়াইবু ওইনবা মালেম মানমশীনা নোংশাব মৈ। অঙালবা সনা খোশ্মদোন তাইবং পুন্নি চেঙজেল কুইনা য়াই। য়াইৱেন শিদবগী মরনকুবু পুন্নি মথোই তোংনা লৈৱায়নববু। পীত্ৰাইবী অশেন্দ্বী শমখুংশা খোংত্ৰাইবী অশাবী তুৱৌৱিংবু লৈৱায়নশে। হমিচা হয়া হে হে হৈয়া হৈয়িও।

“নুমিং কান্ন” লাইশোল অসি লাইরিক খরদনা রাইহে রাতা হেন্না শিজিন্নৈ খরদনা রাংনা শিজিন্নবা যাওই। নুমিংপু তেংথাবগী মতাংদাশেল্লোই লংমাই, হৈরেম খুনজান, কেগে মোইরাং, নোংয়াই খুম্ন, পোইরৈ মৈতৈ, কাঙলুপ মঙাসিনা নুমিংকী মশক অমসুং ফজববু তেংথাবসি লাইরিক অতৈদা কয়া খেংনদে। “পোংথৌরোন” হায়বা পুয়াদগী ফংবনি। লাইশোল অসি চুপ শাবদা তেংথাদুনা শোনগনি।

চুপ শাবগী লাইশোল

হায়ে শাশিবা লালশিবা। তিংতাইব যাংতাইব যাংতাইব থিকফুরা থাফুরববু। নেংনগে য়ানাগে নচু খোংবা চুখোংবা লাইখোংবা। মৈশুং লৈতে মৈবা লৈতে নেংচানা নেংথংনা পানহৈনা শাইহৈনা চুপওইনদে লাইওইনদে। য়োইমানু চুপমহোই য়োইমানু লাইমাতেম থরৈ লেমলৈ কাইমাসু মারোংবু অহা উং।

নশু হে বুংথৌ হে পেম্মবু চিনকংলা যাংকংলা তুজুংমানজুংলা। পুংয়াইলা শেনখোংলা কপুনা লাওনরা কাইবুলা হুম্বুলা হৌরীলা মংশিরা। তিংফাংপা যাংফাংপা তিনথুংবা লাইথুংবা ফন্তুহেথিবা খৈবিকপু। লোকখানুবী হাওখানুবী মথিক মথানুংদা রাইথুংনরুশুনো। নশু হে বুংথৌ হে পেম্মদি মপা মমানা কংলৈ মপানশা শুমতোংমাইবানশা। লৈপাক মাইবাহনবা কোন্দে খুইতাংবা নিংথৌ মাইবাহনবা শোংবু চিরাই তাংবা। ফুন্না থিকপি থিকপাংশা ইমিং ইমাং চাওরাশা চাকহিনা খোইহিনা পায়েন লুম্মা পুয়েন লুম্মা য়েনবং ফাইবংনা নাপু নাশেমে নাখাইনা নাতংনা তিংনা নাতংনা নাপী শিংবীনা। চুপশাতম মোইফেনতম থিকশেম তম থাশেংতম চিনফুতম মাইতাতম। চুপ ওইনদে লাইওইনদে য়োইমানু চুপমহোই য়োইমানু লাইমাতেম থরৈ লেমলৈ কাওসা সুমাবোং হা উং॥

চুপ শাবগী পোংয়াও

ফক্লোং ৩ যাংকোক ১ থাঙ ১ নুঙ ১ মৈছম ১ য়েলহেন্নবা ১ অচায়েন ১ কন্দীদা খোইজু লৈখাম রাইশেং থাগনি। শমুক ১ হৈমাংশিংজু য়াওগনি। চেংচামলুক ১ মঙদারুক ১ ফৌদাং ২ হুই ১ য়েন ১ হামেঙ ১ ওক ১ য়েরুম থুম কাকুপ শেল কাকুপ। চফু ৭ কেকাম ৯ নাহাইফু ১ চেংফু ১ ফৌফু ১ শাফুং ফু ১ চবানফু ১ চিলফুনবা ১ ফিরাঙ ৩ ফিরাক ৪। ফিবাঙ ১ দি মুগনি। মী অদুগী ফিরোই অশুবা চেং চেংকোক ১ লা মকোন ৫ মাইবরোন ৫ গী নিংথৌপোংবা ১০ গী লৈমপোংবা ১০ গী পোংয়াও হৈশোই লাশোই পানা ক্লা অসি খাঙলা মনা ৭ থুম ৭ থুমজাও ৩ চংনথুম ১২ লৈতৌয়োং নাফালথাঙ থায়াংলোন ৭ অনম অথৌ অসি পুম্মক থারগা নাহাইরোন, উমংলোন, অপোকলোন, খুনথোঙলোন, তুতৌরোন, নুমিংকাপ্পা, চুপশারোন, পোংনিংলোন, অহোঙলোন অসি শোনগনি।

ফিরাং অঙৌবা অহুম অমুবা অমা খুদৈ ৪ য়োং খুনেং ২ শেল খুনেং ১৪ হৈ মনম নাইবা ১ লৈশং ১ কোনয়াইপু ১। শিরিবা মী অদুগী ফিরোই অশুবা ১ পিবাগী ফিরোই অশুবা ১ লফোই লফাং ১০ ক্কা তরা মনা কবোক অথুম অহাও চু হৈ হৈকন লাকন, লা চেংফৌ থুম তরা থাংজৌ ১ খুনু ১ য়েন ১ যাংকোক ১ ফকলোং ১ চফু ১০ কেগাম ৭ কস্বী ১ খোইচু লৈখাম, ফৈরোই মঙদারুক ১ থুন্সোন ১ য়েনবোন ১ ফৌদাংগরি গাতাই, লীকোন (লী-মকোন) শীংনাং লমফাবা ১ য়েংদৌ ১ পৈয়া ৩ পুনবা লফুং ১ তরেং পুনবা ১ মাপন পুনবা ১ দক্ষিণা কুস্ত্রুতরুক। ঈশিংদা তাবগীদি লোং অমা যাওগনি।

চুপ শাবগী পোং অদুদি য়ুমদা হল্লক্লগা - হে নুমিং মঙাং লুরাং খুমন কুরু অহুমকনা তিল্লগা লাংবুম কৌএ। নখোয়দা কৎচরবনে হায়না ছনখংলো। কুরুশিংগী নয়াদগী তারকপা অসি ননাই ঐ ফংজরগে অসুম হায়না পোং অদু চাও-ও॥

সনা লমওক

কোরৌ নোংখৌরোন-ও লাইরেল রাংবা মৈদিংখৌ। সনা নমিরেন মিরেন খৌয়াংবু ইরেন লমলেনলকী। ঈমু ইঙৌরোনগী থরৈ লেমলৈলকী তুরেন কৌশুম কৌরানুংগী। তাইবং চিংঙুমাং নোংঙুমাং খায়খংলক্কে। পুন্সি নোংশাংনা সনা নমিরেন মিরেন খৌয়াংবু তিল্লারেমলে। সনা নথোঙচিনবু পোন্না লিংচিল্লক্কে। নরাকচিনবু কান্না চোংচিল্লক্কে মীরাইরেন কান্না চোংনা। লাইরেন সনা নথোঙচিন থোঙলেন মরোন য়াম্বুবু কান্না চোংনা। তুবী নচংলম লাইরেন নাফানশাং থোংনাং লাল্লু লিশিঙুশ্তনা থোংলেন তনমু চানেংলম তুবী নচীহেন লাইরেন নরাইলাংনা রাইওংলকয়ে। সনা নমিরেন মিরেন খৌয়াংবু তিল্লারেমলে। নফমলেন কান্নারেমলে নফানলেম তোংলারেলে। মালেম মনারোই থবি মতাংভেন য়াৱা শিল্পোঙখাম। তরেং থোঙফাংলৈদনা মিকৌবিদি তুবী নচীহেন লাইরেন মরাই লাংহৌরকয়ে। লাইরেন নংবু ফুবা লাংনা থুঙমদে। ফুবা তোংখনলাং লীরেন তাংমা লাংনা কাপয়োনলকা। মোংবা অউপলাং লাংগোই পৌনমলাং রাহি ওমগোইলাং শল্লম ফৈথিংনা থুঙমদে। লৌৱাই মেনগারুক মেন্দাংশাং লাংবন হাম্বোইবা মিরেন লাংদম্বা। পাইমা লীরি শংচবনা খোইমা লাংদোনথঙ্তা শল্লমফৈনা থিংনা লাংদম্ববু। হমিং পেংলোইনাই নিংনাংচারারোই অহেনবা খোইয়া লোঙচুম্ববু থুগবরা থুদবা লাং। লাংবন কৌজ়েং চোংবিচাবু ফাগবরা ফাদবা লাং। কুরাক মেন্দাংচাবু থুগবরা থুদবা লাং। পাখং মানবা মীশমচিন লৈরাং অতিংঙাবু থুরৌবা লাংনা ওম্বনগবরা ওম্বনদে। তুবী নচী হেল্লা লাইরেন নরাই লাংলকয়ে। লাইরেন নংবু নবন খোইমোম লাইরেম্মা মোংবা থাংঙা য়ুমজাওলৈমা য়াইফবী। মানফম লৈয়েংবী কোনফম লৈতকপী। মাংশোক লাইথংবদা মৈরা তন্দন ওইনা রাঙনবী ৱানা কদংগুদ্বী। ছইয়েন ওইরম তাম্ববী খানিকপা তাম্ববী ফাবী। থোংনাং ময়াং চিরিকখোদ্বী তিমবোন ফাবী লৌইবী অনান গুদ্বী ছইয়েন নোংমা তানফবী। শেনবী শমশোকগুদ্বী ছয়েন

শমবেং ফাবী মোংবা থাংঙা যুমজাও লৈমা যাইফবীনা। লাইরেন ইনোংয়াই নংদি লাংগোই শয়াংথক্তা করিগী লকতরোই নোংথোই লাক্কো লাকশিকও। শরেন যেৎনা লাম খুবী কৌরোংসু খুজেং হংজি লাক খুয়া যেৎওইথুয়া সনা লমওকফমদা। লাইরেন সনা নমিরেন মিরেন খৌয়াংববু তিল্লারেমলে। য়োইবু নশানৌ কংলৈ মৈতৈ লৈমনা লাইরেন ইশাবী চ্ছইলৈরিকচিন। মেন সনা রাছইরাং মেন্দোমপোন্ধী পাঙ্লোই খুনওমলৈ। পামেন খেনচা উফৈথক্তা শীংলেন লৈপাল পুয়া গালা নোংশা লৈকুমপা ও। মালেম মনারোই য়াংবা শিনথোঙ খায়া মিকৌবদি চ্ছইচি থশ্বিও কপলাক তাল্লক চোকএ হায়বগীবু মিকৌদে। ইরেংপু পাঙ্লোইনবা খন্নাংপা পল্লোন্নববু মিকৌবদি। লৈপি কাংখন লাংনা থুঙমদবাও। লাইরেন নংদি লাংগোই শয়াংথক্তা করিগী লকতবোই নোংথোই লাক্কো লাকশিকও। শরেন যেৎনা লাম খুংপী কৌরাংসু খুজেং হংজি লাক খুয়া যেৎওইথুয়া। সনা লমওকফমদ তুবী নচীহেন সনা নমিরেন মিরেন খৌয়াংববু তিল্লারেমলে। হে বেন খুয়োইবুথংদা নোংবাঙ্লোন লাঙ্কোই শয়াংথক্তা বাকচিং লৌকোইহানবী পানবা কৈখিন হানবী। ছয়েন লানখিন হানবী উরা পোংমা ওই মেঙ্লাং খুংশা ওইবীনা য়ারা শিল্লেঙ খাম মালেম মনারোইনা মিকৌবদি। সে দৌ দৌ গুম্মোই হোই হায়বগীবু মিকৌবদি। লোইদাম থামৈ চাওচিল্লবা ইবৈ মাল্লৈ কোইচিল্লববু মিকৌবদি। থাংতেক খোইয়াংবা লাংনা থুঙমদে। লাইরেন নংবু সনা দোলাইথক্তা করিগী লকতরোই নোংথোই লাক্কো লাকশিক ও। শরেন যেৎনা লাম খুংপী কৌরোংসু খুজেং হংজি লাক খুয়া যেৎওইথুয়া। সনা লমওকফমদা সনা নমিরেরন মিরেন খৌয়াংববু তিল্লারেমলে। লোইনাই নপারি লিকলাই মৈতেংখৌবা লাংগোই শয়াংথক্তা সনা খোঙখৈ মরোন য়াস্থীশিংনা। লাইরেন ইপা মৈদিংঙু পাখংমানবা ইশমজিন খোইনৌ মিরামৈ লাংচেং চারা মীকুথেং তা-ও। মালেম মনারোইনা মিকৌবদি রাইরা শানা গুম ছইয়েন লান্না গুম্মো হায়বগীবু মিকৌদে। মৈরি শল্লাম ওই উরেপ চারা ওইনবা কোরৌ খোংজোমনুবী থরানমিচাক তুকুম্বু কুমচা পানহৌনবা। তোংজেং কাইনৌ তুকুম্বু খাজ ওংহৌনববু মিকৌবদি। রাবা মানতিন লৌবা শিনহৈলাং উকাক খুনান লাং শংদিং নমিলাংনা থুঙমদে। লাইরেন ইপা মৈদিংঙু নংবু লাংগোই শয়াংথক্তা করিগী লকতরোই নোংথোই লাক্কো লাকশিকও। শরেন যেৎনা লাম খুংপী কৌরোংসু। খুজেং হংজি লাক খুয়া যেৎওই থুয়া সনা লমওকফমদ সনা নমিরেন মিরেন খৌয়াংববু তিল্লারেমলে। নমোম তমপা রাংগুমলোন চাংলাই লৈমা সনা কোনখাং মরোন য়াস্থীশিংনা। লাইরেন ইপা মৈদিংঙু কোরৌ নোংশোইনদ রাংবন হেমদবা নংবু মোংবা তাশিনহান্দ থাপ্টৌ মরিন শত্তনা মিকৌবদি থুয়াও হে শোল্লে য়েন্নাও নাহেএ হায়বগীবু মি কৌদে। খৌদ তুকুম্বু লেপ্পা য়ুং চেংচা তুকুম্বু লেপ্পা খিল্লববু মিকৌবদি। মোংবা তোংখল্লাং কবুক লীতিংলাং রাচেং খাইচা লাং লাংগোম পৌনম লাংনা থুঙমদে। লাইরেন ইপা মৈতেংঙু নংবু লাংগোই শয়াংথক্তা করিগী লকতরোই নোংথোইলাক্কো লাকশিকও। শরেন যেৎনা লাম খুয়া যেৎওইথুয়া সনা লমওকফমদ সনা নমিরেন মিবেন খৌয়াংববু তিল্লারেমলে। য়োইবু য়োইহৈ খুরেন নুবী চেংলৌ শামন লাথেস্বীশিংনা। লাইরেন কোরৌ ইনোংখৌ তাইবং চাংঙু ইরানরা নংগীদমকপু। মোংবা তাশিনহান্দ থাপলৌ মরিন শত্তা তরেং খোংফাং নামুংনা মালেম মনারোইনা মিকৌবদি। অরাংদ কৌবা কৌনু য়ৌকুইয়ে। মি কৌদে। খাদ থরৈ কুম্মুইএ লেমলৈ তারুইয়ে মি কৌদে। পীশোন পাশোন এ মি কৌদে। নুমিংকুম মশোঙ চাও থবাগুম মঙান্নাই কুমজা তেকহৌনা খাজ নৌহৌনববু মি কৌবদি।

নোংয়াই নৌখন্না লীরৌলাং ওকশোং পুমথাং শঙ্গাই তেন্নৌলাং। লীরেন তাংমা লাং নারক শোইশিল্লাং লফুং ফমজিল্লাং নারা কোঙ্গোইলাংনা থুঙমদে। লাইরেন নংবু লাংগোই শায়াংথক্তা করিগী লকতরৌই নোংথোই লাক্কো লাকশিকও। শরেন য়েৎনা লাম খুংপী কৌরোংসু খুজ্জং হংজি লাক খুয়া য়েংওইথুন্না সনা লমওকফমদ লাইরেন সনা নমিরেন মিরেন খৌয়াংববু তিল্লারেমলে। অরোইনোংনে লোইনাইনোংনে নোইনা সনা মিকোননোংনে হে কোল্লৌরেম্নে॥

পাখংবা চেংহোংবা ঈকৌখংপদা সনা লমওক শক্কনি।

অহোংলোন

হে হৌ হে হৌ হে হৌ। হোংনেমলো হোংনেমলো হোংনেমসে। লমলেনমদা হোংনেম্বা। মদাইমদা হোংনেম্বা। কংলৈয়োন্দ হোংনেম্বা। পুংময়োন্দা হোংনেম্বা। খোইয়ুমথৌবু লাইমিংথৌবু হোংনেম্বা। লাইরেনয়াইনা ননোংয়াইনা হোংনেম্বা। লিক্কাইরেম্না নিংথৌরেম্না হোংনেম্বা। লোইদামগীদি থাকাউদনা লাংইগীদি কুমকাউদনা হোংনেম্বা। খোইয়মপাগা লাইরমপুগা হোংনেম্বা। শঙলেনগীদি তেংমাইথিনবা অহুম্বক্কা। কৌবা কানা লাকথোংকানা চাংঙু রায়না থোংবান রায়না হোংনেম্বা। থাংইগীদি খোংজ্রোম্বা মশুমখং। শোরা রাইরৌপাস্তা মন্নশুম। রানা মানবী তেমথাশুম। তেংনা মানবী কৌথাশুম। হায়ম তোনবা শৈহৌশুম। তোনবা লিক্কাই শৈখুমশুম। শুমলেনগীদি মাইপাকপাদ। ছয়েনগীদি লান্নিগীদি পানবা কৈয়েক লাদি খাগা থা। শাওম থরাইতাংদি থক্কাথোং। হাওনু তোমশোন লংমাইনুদি য়ায়গা চন। শুমলেনগীদি মাইপাকপদা নুরাহৌনা য়োমলোই হৌনা। পাখংগীদি য়োমদাংশাংনা শেল্লোইগীদি লংমাইনিংথৌচনু লৈমা কোনশংনু শাফবীবু। থরাগীদি নুরৈশংবু শুনবী। মপারি চেকাই মক্কাবা লনশিংশুক। লাংবনগীদি উয়ুংশুক। শয়িগীদি কুহিশুক। শুকমুগীদি তোনতাংবদা। শরিক থাংনা থিংথিং থাংনা। শুকতোনগীদি লংমাইথাংনা থিংথিং থাংনা। পামেন রায়না থাংতপ পায়না। শুক্লিং কাংনা মোইদোন কাংনা। লোইমোম হুনা কুরোন হুনা। চেংচা তান্না মাইভৌ তান্না পামেনগীদি থৈদিংলাদ। তরাগীদি থৈঙারাদ উমুলাদ তাংমলাদা হৈদৌগীদি মংখালাদ। ছয়েনগীদি লান্নিগীদি হানুনুবু তমুনুবু পান্দেইনুবু শাফবীবু ফানা লাদ য়াংকোকলাদ। কনমলাদ। লোইমোম ফৌদি তুংদা ইন। তরা চেংদি মাঙইম্না। য়াস্তী তান্না মাইভৌ তান্না খোইয়ুমথৌবু হোংনেম্বা লাইনিংথৌবু হোংনেম্বা। শঙলেনগীদি তেংমাইথিনবা অহুম্বকনা। খোইয়ুমগীদি লাইথোঙহাংনা কৌবা কানা লাকথোংকানা চাংঙু রায়না। থোঙবান রায়না। খোইয়মগীদি লাইরম ইন্না। লাইরেনয়াইনা ননোংয়ায়না পোইরৈ হৌনা খুনজা হৌনা তায়ম হৌনা নাইজ হৌনা। খোইয়মথৌবু হোংনেম্বা লাইনিংথৌবু হোংনেম্বা। তরা লেমনা চেংবান লেমনা। লোইমোম লেমনা ফৌবান লেমনা শীংলেন লেমনা লৈপাক লেমনা। খোইমোমথৌবু হোংনেম্বা। চাংঙুগীদি নরনকুবু খোইমোমগীদি নথৌজানবু। পোইরেনববু খুনহোংনববু।

ব্রাওমনববু খুনজাওনববু। লাইরেনয়াইদি ননোংয়াইদি। লিক্লাইরেন্দি নিংখৌবেন্দি। খোইমোম খাদ সনাখাদ নখোঙ খাদ। লাইরেন যাইনা ননোংয়াইনা লিক্লাইরেন্না নিংখৌবেন্। খোইমোমখৌদ লাইনিংখৌদ। ননোংয়াইগা য়োইবুবিগা তমপাবীগা মৈত্রৈমাগা। চাংঙুরায়না খোংবান ব্রায়না। কোরৌ লেমনা লনশা লেমনা ব্রাফম লেমনা। পাউফা লেমনা। ননোংকাংনা তোকনা ওমদম তোইনবদা। চাংঙু চান্না নিংখৌচান্না। লাইরেন যাইনা ননোংয়াইনা। লিক্লাইরেন্না নিংখৌরেন্না। নয় লৈবু হোংনেম লৈবু লৈপুন্সিবু। ইরান লৈবু কোনশিল্লমগে। মকোনথোক্কী কোল্লো। হোংনেমলো হোংনেমসে।

পাখংবগী ঈবাংখৌনিবদা অহোংলোন শক্কনি। কালেন থাগী পানখংলকপ তরামঙানি পানবদা মবুখৌ পাখংবা চেংহোএ। পাওনম হিদেন্দাগী ঈকৌখংলে। চাংঙু মবনু খোইয়ুম মমাইবনা সনালমওক শক্কুনা মাইবীনা পেনা খোংবনা লাই থেমকৎলগা লৈমা নিংখৌ লৈবাক মীয়াম ফমদৌ নিংখৌনা পুখংলে। লাইশঙ য়ৌবগা মাইবনা অনম অখৌ কোল্লো। নাহাইথোক্কগা “অহোংলোন” শকই। পেনান ফম্মাং খল্লি। মাইবীনা চাংউ উদবা মমিতম খোইয়ুম উদবা মপা লাক্কুনা লাইপাউ চেল্লি। লৈপাক মীয়ামগা হরাউ কুন্মৈ তৌদুনা নুংঙাই মথোই তোংএ। ওমজবা চেংচাক যেনশাংনাপী থুম ঙা মশীং লাকঙমদনা কৎলগা চাকচা হৈজানৈএ।

হৈশোই য়ুপান থাবা

চাংঙু খোইয়ুম লাইনিংখৌ। য়োইবু খোইমোম লাইরেম্মা। চাংঙু নতৈ ননাউবু নকুম কুস্বীগী কুমকাউদা নথা থাবীগী থাকাউদনা। থমলাপান লাইবপান চমু চঙোপান তোংলেং লৈশংপানগী। লাইবুংখৌ মাপন লাইনুবা তরেৎমক শরোই হুম্ফুমাথোইমক। নখোয পুন্মক হাওমন যেৎওই কোনফবা ওইরোং শিংমিং নমফবা কশান খুনঙমশিং হাযনিংশাংনা সোমোয যাস্মে। শিশ্তুনুবীনা পিখৎখি পিখৎশিং। ঙামানুবীনা পিখৎখি পিখৎশিং। খমদিং নুবীনা পিখৎশিং। হুইয়েন লমশাংববু ফানাশিংনা হৈশোই য়ুপান থারবনে।

শিজিন্নফম :- ফৌদাং হাপুনা ঈরাংপা খুদিংদা হৈশোই য়ুপান থাবা লাইশোন শোনগনি।

কাইরৈ য়েল্লু তরেং

অঙৌবা নুমিং সনা পুকময়েন। অঙাংবা মোইবাং কশা পাওতাকয়েন। চেঙকোই মানবা থোংনাং লীশিঙচাইবা যুকৌয়েন। তৌবান মানবা নোংপাক সনা পুকময়েন। কাতকপা তাংখুল শিঙমিং লাংমিং অখৌবা ফানায়েন। অমুবা লোইমোম ফৌকৌয়েন। মরিকপা শোইরেন পাওতাকয়েন।

শিজিন্নফম :- লাই খুরুন্না মতমদা লাই লাইগী ওইবা য়েনশকশিং অসি ওম্ববা যাদে।

খোইচু লমওক

কোরৌ নোংখৌবেনও। সনা নমিবেন মিবেন খৌয়াংবু খামরাই যামরাইবকী কোল্লে। হৈবেম নোংদমলকী কোল্লে। লৈচিক চিক্লিবলকী লৈথম থমলিবলকী কোল্লে। কৌবা কৌনুখোই মখান খুনঙমখোই হুয়েন চামাইঙাংফানা খোইনা কোল্লে। সম্ভোঙ হৈমবি হৈমায়াম হৈসুক হৈসোইয়াম। নবেন খোইমোম লাইবেম্মা পুই খাগোইনুংদা লীবৌহৈ। তিনচা লাইচা তন্নহৈ। তিনমু লাইমু তন্নহৈনা কোনবনঙেনে। চকশানুবী মশীংখং মমান লুৱাংতপতে তপ্তাইববু হায়নিংশাংনা শোনমোই যাস্মে। শিশুণু পিখংতে। ঙামাবানুবীনা পিখংখিয়ে। হাওমন যেংঙই কোনফাবা। ঙাইবোং শিংমিং নমফাবা। কাশান খুনঙমশিং। হুয়েন লমশাংববু মিংনাইবা ফানাশিংনা কোনমানঙেনে। চেঙ্গী ৱাযাথুম কানাক নাকতৈ লাকফাবা। চিনলেন মাইকোইসুফাবা অশেং অবোংবনা কোল্লে। হাওনু লাঙৌবী লাঙৌবা ফানালা চংবী লামুং লাযাইলা। অশেং অবোংবনা কোল্লে। লাইবেন নংবু নমু থাংচিংখোকলাবগুন্না নতাং তন্ন-ও। তিয়েন তা লাবকুম্মা চিন্দুমনা-ও। থাংলেন যাশাবকুম্মা নখৌ হেনৌও। ৱাক্যৈ হিবাবকুম্ম নখৌ চোমৌও হায়বগী কৌবা কৌনুখোইনা মৈখু নোংলোন কানা পুন্নি নোংশাংনা থামৈ কোল্লিও। মাল্লে কোল্লিও। হে কোবৌ নেমলে॥

খোইচু লৈখাম ইকপা (থাবদা) খোইচু লমওক শক্কনি।



লাইহাংলোন লম্বুবা

- ১। খুনবী নুংথোংচীং চেংজা লাম্‌চিংগী লিল্লি নাওশংচাবু তাংক্ৰু লুৱাংচানা লৈনুং তাংক্ৰু শলশেলবনা চৈবুল মখুংশুনা তাংজ মকুছ লিল্লা ময়াংতেক্লা চৈবীএ।
- ২। কৌবা কৌনু লাইদি ঙাংঙোই য়োইমোংবা লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩। সনাইল লোকচাও লাইদি নিংথৌ মহাৰাবনা পায়মা মনিংশানা চৈবীএ।
- ৪। চিংবন চৰা লাইদি চিংজেংনানন পাম্বলবগী শমু মখুংতোমা চৈবীএ।
- ৫। হঙ্গেন পাওবী লাইদি শিংজিল কাংমনাও থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৬। অশৈৱাংবীলাইদি খাংসুনাহা লায়ববনা থাংলা পোংতমপু লারোং লাগা থংনা থিঙ্কু খাওজাও তনবনা ভিমেং মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৭। হাওকপ চাংশাংলাইদি হাওকপ নিংথৌবগী থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৮। লমগা লেংগা লাইদি তুবি কোকনি লোংবা লাইবেন মৈমা তোম্বা তুবি মকোক পাংমনা লৈমোল জগোইলামা চাক্তাবা, লাইবেন মকোক পাংমনা নাকা খোংমৈ লাম্বা চাক্তাববু নোংবান লোইবা লাইবগী কোংয়াং মখুংশু তেংকোক হৈবোই নাইনা চৈবীএ।
- ৯। মনুং চিংকোন থাপলা লাইদি চাওবা সৌবোন ওম্বনা নোংদা চিংখন যাংবগী থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ১০। লমদেং লমলাং লাইদি লাইচন শোয়বা (লৈচোন শোইকাইবা) নোংবান শোইকাইবা লুৱাং চৌপুবিবগী থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ১১। কৌবা নাপচিক লাইদি লুৱাং সেলোংবগী থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ১২। থোংঙাক পনমংলাইদি হৈনা পোন্ধকপনা লৈখাম্বনা শীংজং মখুংশুনা চৈবীএ।
- ১৩। লম্বুল ৱাইমা লাইদি ফিদপ ফিদাই চনুনা হৈকোই মশীংশু লাইয়েক ফিফম ফবী চকমোম তেমখাঙ লোনবী তেমলাং মখুংশু শংদিং মচৈ তেমা চৈবীএ।
- ১৪। খম্বাং মোইকাইচিং লাইদি খোকই তাংয়িবা খোকচুম তাংচুম্বগী খোকলাং মখুংশুনা চৈবীএ।
- ১৫। কংলৈ লম্বহনগী তুবি চিনাইবা লাইৰেল যানাইববু ওনু পুংখংবা মেলাং থাংশাবনা মচেকপ মৈৰোংবনা চপফুৰৌএ। মনুংথংনা য়াইফুলৌএ (চৈফুহৌএ)।
- ১৬। তুৱেল তুয়া লাইদি ঙাংঙোই য়োইমোংবনা লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ১৭। তুৱেল ৱাংমা লাই অমদি য়িকুম লৌথিব থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ১৮। য়িৱিন লাই অমদি খুল্লাং থাংশাবগী নুংথং মখুংশুনা চৈবীএ।

- ১৯। য়িরিন লাই অমদি তাওথিংমাংগী লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২০। পোইরৌ হামলৌ লাইদি লংমাইচিংমশাং মোরিয়াগী থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২১। যৌবাল ইরুম লাইদি তুবি কোকনিলোংবা লাইরেল মৈমতোম্বা লুথুপ পানফোইবা খানৌ য়োইহনবা তুবি মকোক পাংমনা রাইথৌ খমপুং লান্না চাক্তাবা লাইরেন মকোক পাংমনা ককচিং চোংচিংলান্না চাক্তাববু ঙনবা তেকচাপান্না সোরা লাইহাং যৌবনা থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২২। মুংলৌ ঙাংলৌ লাইদি ঙনবা সোইবা নাচৌশুচানা থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২৩। চিংখম চাওপোক লাইদি গুকনা নেমসি নেম্বা, গুকনা রাংসি রাংবা, হাওতং কোকসি খুনাবনা থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২৪। রাইসা পন্দেন লাইদি সেল্লোই তোংদরেংবম কাও লংমাই খুজিন মুচম সল, কাওরেল ঙৌবা নুংচোংবা চীরেন য়েংলমগীনা চৈবীএ।
- ২৫। তুরেল তুয়া লাইদি, ঙাংঙেই য়োইমোংবানা লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২৬। লাইশুম লাইঙৌ লাইদি হাওকপ নিংখৌবগী লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২৭। লম্বুল লমলাং চান্দি, নিংঙোন হাওবচমগী, লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২৮। চিংবা ফুবা লাইদি, পাসি চুংবাসি চুকোক লাইহাংপগী, লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ২৯। খাবী নম্বোল লাইদি ঙাংঙেই য়োইমোংবা লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩০। লোইতাং মোইখোং লাইদি, লংপা মাইপোম্বা, হাওকা চাওল, ময়াঈ য়াঈরংচান্না, ব্রাকলেন তাংমা ককনা চৈবীএ।
- ৩১। হৈনীংশোই লাইদি, রাহেংবম লমতাগী লোঙলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩২। সোঈরেন য়াঙ্গোই লাইদি নাতে নাচৌ চৈবুল মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩৩। লোক্তাক তাকলৈ ফানপুং লাইদি মথংলেন নিংখৌ অয়াংবগা মরুম্বী থারোংমোইকা চনুগা ইনুং সোইয়াইমদা, মৈবুল যাদ চিক্লা, লৈম্নে ঙাকাপদা মরুম্বীগী য়ান্দি মখুংশুনা চিংজা চৈজালোংনা চৈবীএ। মথংলেন্দা থায়াং অখৌ লমখম লাঈঞ্জ তমনখিএ।
- ৩৪। লোক্তাক লাইদি লাংমাই মাইপুম্বা, হাওকা চাওলবনা লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩৫। থাঙ্গা লিংবীচিংগী লাইদি, হিখোন রাংখাই রাংবনা থাংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩৬। চিংমৈগী লাইদি খুরাই লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩৭। বারোক কৈবুল লাইদি মৈতেংঙু পোইরৈ খুঞ্জাওবনা লোক্তোই শায়াংথকী তিমন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩৮। খোইয়া পাংথি লাইদি অহোংপম মরিংনা লোংলেন মখুংশুনা চৈবীএ।
- ৩৯। চিংমু চিংজাও লাইদি মশানৌনা হিনাও শাইএ মশাবীনা হিরু তোংএ। শউল লেংদা থোংনা চৈবীএ।

- ৪০। তাকমু সেলবা লাইদি মথংলেন তেকসা তাওবগা মরুস্বী থরৈ ণানুবম চনুনা হিরু তোংএ। মথংলেমা চিলঙ্গীগদি মরুস্বীনা থৌতোংখিএ। মথংলেমা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ। মথংলেমদি থয়াং অথৌগা লমখম লানচাইগা তল্লখিএ। মরুস্বীসু হৈকৌই মশীংশু লৈয়েংফিবম ফনখিএ।
- ৪১। লফু লাইদি কাকপনা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪২। অরোং লাইদি কৈনাওতোংবনা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪৩। খোইয়াংবম খুফমলেনগী লাইদি, লুরাংখৌদা চুসুনা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪৪। ঙাংলৌ ঙাংখম লাইদি ময়াং খোইদোং শনশেনবচা মনুংথিংনা খোঙ্কাং তাইবো খেরে চাচনবা তিমেম মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪৫। সনফৌ নাকম লাইদি যুনস্বীবু হৈরা যুইহনবদা মথংলেন শলফৌবনা থাংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪৬। লৈতাং খামেন লাইদি নিংথৌ সবাবা থাংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪৭। চোতে তাংখোং তাংলৈচিংগী লাইদি নাতে নাচাওবা শিংজং মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪৮। তোংদা চিংনুংসিগী পামেন উথুংনুংগী তুবী খোন্দম খাইদম্ববু লমসিল মবৈমবি হাওনু লৈয়াংনুনা শিংজং মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৪৯। তিল্লোং লম্মাপাংকী লাইদি হাওনু লায়োননু সিংজং মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫০। লমলেন তোবৈফাই খুনবী লালফৈচিংগী লাইদি খুমু থাবৈলিবগী থাংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫১। পুকম চিংখোংনেমগী লাইদি হাওনু লায়োম্নু সিংজং মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫২। ইকোপ লাইদি মেল্লৈবা মচা শামু কবাবাচেংনা পামেল উখাং ওইনা খুয়াং য়েংকীনা চৈবীএ।
- ৫৩। হাওতক মাইতেকপগী লাইদি কদেং থাংশবগী নুংথং মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫৪। হাওবাতাক লাই অমদি খেদে নিংথৌ হাওবাতাক লাইবগী লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫৫। ইথাই পুনেম লাই অমদি তাওথিংমাংগী লোংলে মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫৬। ইথাই পুনেম লাই অমদি ইথাই হিয়াম্বা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫৭। পুমলেন হাপচ লাইদি কোইবেং য়ুপানবগী লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫৮। তুরেন তুয়া লাইদি থবৈ ঙামোইবনা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৫৯। থরৈ লেন্নৈ লাইদি, হাওতাচা মোইতাচানা, ইনুং সোইয়াইমদা সিংচেপ মৈরা থান্না মৈবুল যাদা চিক্রা লীরি থমোইতিং লকা তেনমৈলাকনা রাঙ্গিরা সেংকমথোংনা চৈবীএ।
- ৬০। লৈকু লৈরাই লাইদি ঙাংঙোই য়োইমোংবা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৬১। তুরেল তুয়া লাইদি থরৈ ঙাংদুচানা লোংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।
- ৬২। খুনবী লালুমফাইগী লাইদি খুমু লৈরিচাম্বনা থাংলেন মথুংশুনা চৈবীএ।

- ৬৩। ইথাই পুনম লাইদি থিংক্ নাচৌবা লোংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৬৪। খুগা মাইতোং লাইদি কদেং থাংজবনা নুংথং মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৬৫। শরেন য়াঙ্গেইলাইদি নাতেক নাচাওবা চৈবুল মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৬৬। থাংগা চিংমৈ লাইদি পাসি খোনয়াং খায়াংবনা লোংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৬৭। চিংমৈ লাইদি কোইবেং য়ুপানবনা লোংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৬৮। ঐ লৌকাই পুল লাইদি মৈতেংঙু পোইবৈ খুঞ্জওবনা লাঙ্গেই শয়াং থক্তা তিমনে মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৬৯। খোইয়াংবা খুনখামলেনগী লাইদি লুহোং থৌসুবনা থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭০। লৈমতাক মেন্দে লাইদি মেন্দে নিংথৌ সরাবনা থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭১। নিংশোং মাওবিরোক লাইদি লানতক থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭২। পুরুম চিংখোং মারেম লাইদি হৌনু মচেকপ্পা চিকফারৌএ। মনুং থংনা য়ানফারৌএ।
- ৭৩। ইরিন লাইদি ইরোং ইথিবনা লোংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭৪। গানু পুংখোংবা মেলোং থাংচবা কংলৈ লম্মহনগী তুবী চিনাইবা লাইরেন য়ানাইববু নিঙেন হাওচম চাবা লোংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭৫। পম্দ্দোন লাইদি সেলৌই তোংদেংবম কাও লংমাই খোইচুম মোইচুমশা কাওরেল য়ুম চোংবনা মচী চিরেন য়েংলমগীনা চৈবীএ।
- ৭৬। লমলেন লমফেলপাংতা লৈবা লাইদি তাংগম শোরিগী থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭৭। হুঙ্গেন পাওবী লাইদি থিংক্ কংচাও তাবা লিরাহনগী থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭৮। য়াঙ্গেই মরিন তৌবা লাইদি, কবুই অমুতোহুগী থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৭৯। লোক্তাক্তা লৈবা লাইদি নিংথৌ চরাইরোংবাগী থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৮০। ইরিনফাংপা লাইদি নুরা তেন্নাং মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৮১। খৌবাল তুরেল ফাংপা লাইদি তুবি মকোক অনি লোংই মকোক অমনা ইকোপতা তুবি মকোক অমনা লৈমোন খোং লান্না চাক্তাইএ। তুবি মকোক অমনা পুমলেন হাপচ য়ৌনা চাক্তাইএ। তুবি মকোক অমবু গানবা সরা লাইহুংখৌবনা থাংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৮২। লমলেন ককময়াই হুইকপ লমহন চন্দ্রখোংতুনা কোইবা লাইদি নুরা য়াংকোক মখুৎশুনা চৈবীএ।
- ৮৩। লৈমা কবোপাংকী চকপা মখাওঙুস্থিগী লাংগোই মখোংনা নেংনা চৈবীএ।
- ৮৪। লমলেন পুমলেন্দা লৈবা লাইদি কুস্থি মিকোনবগী মাজোন য়াইদা লোংলেন মখুৎশুনা চৈবীএ।

৮৫। লমলেন ইথাই পুনমচিং তুশম পাং শুগনু ইরাইখোন তুনা কোইবা লাইদি ইথাই মাঙ্গোজাওগী
য়াংলৈ তাওবা মছইচানা চৈবীএ।

লিঙ্লাই পুথোকপা:- মীনা লাই তিন থেংনরুবগী নারবা মতমদা লাইহাংলোন অসি য়ায়া লিঙ্লাই শাদুনা
শোনগনি। লাইশোল মতাং অমমম লোইরকপা খুদিংগী অসুয়া হয়গনি।

নপুবু ইপুনা চৈবীএ ওম্বনে।
নপাবু ইপানা চৈবীএ ওম্বনে।
নংবুসু ঐনা চৈবীএ ওম্বনে।
থরৈনা কুম্মাপ্তম কুমখরো।
লেন্নৈনা তাবদা তাখরো।
নপু মাইবু ইপু মাইনা ওম্বনে।
নপা মাইবু ইপা মাইনা ওম্বনে।
নমাইবসু ইমাইনা ওম্বনে।
গুরুদি লেমলৈ মতারমদা তাখিএ।
থরৈ মকুমলমদা কুমখিএ।
মী হিংলে লাইশিরে মী হিংলে।

অনাবগী মমাংদা যাংকোক মথজা খরাই পুংনা তরেং খ্যোম ৩। লাই নিপা লাই নুপী ইরাই লৈমা
অহ্মগী খ্যোম যাওগনি। কবোক নাচন ৭ হৈরম ৭ লৈরম ৭ য়েংদৌ উতোং ৭ তা যামগা ঈশিংগা হাপকনি।
মাইবীনা ফাওরকপা লাইগী মতুং ইমা লাইশোন শোনগনি। লাই খাইভোন্ধুগা যাংকোজু ঈশিংমপান্দা
পুথোজুনা কোনয়াই ছনগনি খ্যেয়ম লাক্কনি লিললাই ঈশিংদা ইছোন্ধনি। রাইহদি -

হেগুরু নখৌ তৌরে।
নচিঞ্জাক নফম পিরে।
চাংঙু নতেফমদা তেরো।
নহনফমদা হনস্ত্রো।
ননাইবু তিনকোক লাইকোকপিরম্মু।

লাইরেন ওক্লা থেংনরুবগী নারবদা খৌরম অসি তৌরবদি লাইচু তিনচুদনা নাবা ফগনি।

লমখললোন

নেন্দম্বা গুরুনে পরিং খনবসু থুময়ান খনবসু লেন্নৈ নিংখৌ মচানে। নোংমাইজিং খনবদি সোয়াঙ্গী
কৌএ। নুঙপাইনুঙ খনবসুং অসি খৈবিক খনবসুং পারম পুরমসুং ঙালেনখেং খনবসুং কৈখেল মান খনবসুং

লেমলৈ নিংথৌ মচানে। তুবি খনবসুং লিকলা অপিশা খনবসুং নুঙলৈ পোংমান খনবসুং লেঙৈ নিংথৌ মচানে। চকপা ঈ খনবদি সনা য়াবিবোন কৌএ। লৈখামপোক খনবদি নিংথৌ লোয়ানা খল্লে। পিবক হিদিনে খনবদি রাংব্রেননা খল্লে। শম্বুমলেন কৌবা পাখাই খনবদি রাংব্রেননা খল্লে। অনাল খনবদি হুমকাংবা খোংফৈ য়াওবনা খল্লে। গুগনু খনবদি ঈবোকলেমা খল্লে। লম্বুল খনবদি লাইবেন হিংকুপ্লা কৌএ। মথৌহিদিনে খনবদি লৈমা পিয়াইনুনে। মথাও ইবেন খনবদি রাংব্রেন্নে। চাজাওদি থাংজিনা খনথিয়ে। কৌ তৌ কৌএ। লমচাইবনে। নিংথৌতা ইরেন খনবদি লৈমা প্যমদৌবীগা নিংথৌ খল্লাংবগা অনিমক্লা খল্লে। কোন্দে পাং খনবদি ঈপী খাংজ়েংবীনা খল্লে। হুইতাও খাংজ়েংঙা কৌএ। চাইবেন খনবদি সনা চাইনা খল্লে। নুবা হিদিনে খনবদি লাংপোক নিংথৌনা খল্লে। শুস্বীদি ঈপীদি রাংনু লৈমনা খল্লে। থানপোক ঈবেন খনবদি রাংববনে মচানা খল্লে। তুশামদি লাইরাই লৈমনা ইশান থানবীনা খল্লে। চিঙশাংলাকপা খনবদি ঙাইনোং নিংথৌ কৌএ। লোকখায়বী নুমীকাং লাংমৈ কৌএ। মুচংদি রাংব্রেন অহনবনা খল্লে। ইথাযদি ফৌওই লৈমনে। চাবিহিং কৌএ। হৈকক খোঙনুংদি রাংব্রেন মচানা খল্লে। হিয়াংথাংদি লৈমা খন্নি ঙস্বীনে। পুমলেন্দি পুকসিবি লৈতাংনুনে। তেনবাল য়েনখা য়াঙদোংবদি রাঙব্রেন লোংহি শং কৌএ। ইবেন খনবদি থৌইবীবেন মচানা খল্লে। খৌইয়াংবা চংনিংশৌই খনবদি থানমা মচানা খল্লে। ককরা খনবদি রাংব্রেন মচানা খল্লে। লফুপাং খনবদি লৈমা নুরাংখাস্বীনে। শঙাইবী খোংদি থোঙঙাবেন মচানা খল্লে। খাংখা উতোম খনবদি চিঙশু চাংজাও খনবসুং তেনবান খনবসুং অসি খৈবিক খনবদি থৌইবীবেন মচানা খললে। মমিংদি শিংজুপ কৌএ।

লমখল লোন্দি অসিনে খঙও। লমহাংদ ইবাং পূজা লাইতিন খুকস্বনচিংবদা মাইবনা হৈ থা লৈথাবগা লোয়ননা লমখললোন শোনগনি, মথঙ পুঙখললোন, অনম অথৌ অমসুং নাইবোন্নচিংবা শোনগনি।

লাইরিক অমগী মত। নেন্দস্বা গুকনে, পাংলেন খনবসুং নুঙবে খনবসু পালাং নোংকাংচিঙ খনবদি রাংব্রেন্না খলয়ে। চিঙজাও খনবদি থাংজিং নিংথৌমচানা খনএ। মমিংদি ওঁ তৌ কৌএ। তবখাঙ খনবদি লমচৈবনে। নিংথৌদা ইবেন খনবদি লৈমা পানফৌবী নিংথৌ খল্লাংবা অনিমনা খল্লে। কোন্দেপাং খনবদি যিপি খাংজ়েং হুইতৌ খাংজ়েংঙা কৌএ। চাইবেন পাংতি সনা য়াইনা খল্লে। নুবা হিদিনে খনবদি লাংবুম নিংথৌনা খল্লে। লাংবোম নিংথৌ কৌএ। সুপথেলবী খনবদি পিরাংনুনা খনএ। পিরাংনু খনবদি রাংনু লৈমনা খল্লে। তুশম খনবদি লাইরাই লৈমা লাইশেল থানবীনা খল্লে। থমবোং ঈবেল খনবদি রাঙব্রেন মচানা খল্লে। চাংশাং নাপাক খনবদি ঙাখোং নিংথৌ কৌএ। লোকয়িবীনি মিকাং লাংমৈ কৌএ। মুচিংখনবদি রাংববনে অহনবনা খল্লে। ঈথাযখনবদি ফৌওইবীনা খনএ। চাবিহিং কৌএ। হাওকপ খোঙনুংখনবদি রাংব্রেন মচানা খল্লে। হিয়াংথাং খনবদি লৈমা থানবী ঙস্বীনা খল্লে। পুমলেন খনবদি পুকশিবি লৈতংনু কৌএ। তেনবালয়েন খনবদি রাঙব্রেন্না খলএ। নোংহিং সং কৌএ। ইরেন খনবদি পা থোংলেন মচানা খল্লে। খৌইয়াংচাইনিং চাইবদি থনমামচানা খল্লে। ককচা খলবদি রাঙব্রেন মচানা খল্লে। লফুপাং খনবদি লাইখনু লৈখাস্বীনা খল্লে। শঙাইবী খোং খনবদি থৌইরেন মচানা খল্লে। থৈখে উথুম খনবদি চাংঙু চাং জাওনা খল্লে। চাংঙু চাংজাও খনবদি তেনখন পানবসুং অসিনে। মাগী মাগী লম তাইবদা শোল্ল। মত ১ কোন্দোং খনবা লাই নমিংদি

চীরোঙ কাবুবা কৌএ। নিংখি খনবা লাই নমিংদি সনা কোলবু শিদবা কৌএ। রাবচিঙ খনবা লাই নমিংদি সনা তোংতব্বেংবা সনা তোংফুক্কেন শিদবা কৌএ। মাকলং খনবা লাই নমিংদি উথাপরেন চানাইবা কৌএ। মংশা খনবা লাই নমিংদি ক্রিংকৌএ। খেপুচিঙ খনবা লাই নমিংদি চীরোঙ হংনাইবা কৌএ। ঝায়খনবা লাই নমিংদি হোক উমশেং হাই কৌএ। চিথেক ৪ মাইকৈ ৮ শুংদাই ১৬ পোইরৈ সিদ্ধাই ৬১ মক্তা সুপ্পা খনবা লমখল্লোন অসুপ্পা নমিংদি গাংজ্জংলাংবা কৌই।

মাগী মাগী লম তাইবদা শোল্লু।

পুঙখনবা লোলতি

পুঙনপা লোলতি :- ১) যিচিক সিরাকোং নিংখৌপানা তুরেল রাইখুপিচা মানমফাংনা। সেংকা থাকনা রায়কোক লমমাহল তোংএ। ২) চেকনম ফানামপানা কোঙকোই ঈনমথি তোংএ। ৩) লুরাং সেলহোংপানা কৌবা নাচিন তোংএ। ৪) লুরাং সুতা গাংতাপানা হাওমলয়াই কাইবংপুং তোঙএ। ৫) থাঙঙা যৌখাননা হাওকপ চিঙসাং তোংএ। ৬) নোংপান লুরাং হৈবেমপানা। যুচিঙ থাঙঙা পাংতোংএ। ৭) ককলা হেমচেংনা। লইপু চারা তোংএ। ৮) লাশ পিসল সেননা। হঙাঙ কৈসি তোংএ। ৯) থাপা হৈরোই নাইনা। লাংচিঙ তোংএ। ১০) তিলপাল চাককোকনা থোমপা লৌলাইতা তোংএ। ১১) নোংমোই সরাভোলনা। তাওপুঙ তোংএ। ১২) কমপোং থি ককপোঙ রাযাপানা। পবৌ পাং খাবম লালতোংএ। ১৩) হাও খুয়াঙ নমপুসুনা। কৈয়িং কৈয়াং তোংএ। ১৪) ফিতপ ফীতাইনা। থাঙ খু থাঙবেল তোংএ। ১৫) যিচিকসি যিকাংকৌনা। লোএয়া কাংঙামুংতোংএ। ১৬) পাসি খাঙপা রায়খুমপানা রায়খুম চিঙ তোংএ। ১৭) পাসি চুকোক লাইহাংপা লোকপচিং তোংএ। ১৮) খোংমারোং মাইমারোংপানা। চিঙপা ফুপা তোংএ। ১৯) লৈমা হাওরৈমানা হাওরা লমলাংতোং তোংএ। ২০) কুকি অহোঙপা লাইকি আচাওনাপানা লোইরেন খুনপীরোক তোংএ। ২১) লাল লোই খমতৌপী খমতৌপানা। চিঙঙা লৌখোং তোংএ।

নোংপোক যিরাংমতি যিচিক সিরাকোং নিংখৌ পানা। তুরেল রাইখুপিচা মানম ফাংনা। সেংকা থাকনা রাইকোক লমমাহন তোংএ। (১) হৈরেম লোইনাইনা। কোনথা সলপল তোংএ। (২) মরিয়্য ফমপালচানা চিঙনাংখু চিঙচাংলেল তোংএ। (৩) থিকলেল তাওখুমানা। তিলপাল হৈরোমরা তোংএ। (৪) তোংনা লাংহেমপানা। মাওপাচিঙ তোংএ। (৫) খাপা ফালতোংপানা। খেংয়া কারম তোংএ। (৬) লংমাই থিকরেন্না। লংমাই খৌইনিঙখুল তোংএ। (৭) তোংমা গামাবেংপানা। কৈরাও চিঙলাইপাক তোংএ। (৮) তান থোঙ খুংমানাওনা। রাইসা খোংলৈ তোংএ।

মায়াইরমকিদি যিচিক সিরাকোং নিংখৌ পানা। তুরেল রাইখুপিচা মানম ফাংনা। সেংকা থাকনা রাইকোক লমমাহল তোংএ। ১) খোকরাই তারাইপানা। কাইপা লমমাহল তোংএ। ২) চেকা কোং মারোংপানা।

কংলৈ রাখাই পুঙ তোংএ। ৩) য়িহ পোক তেকনা। লৈসাম হিথেল তোংএ। ৪) ঙামারা মমতিংনা। ঙাখি পুঙতোংএ। ৫) তেনমৈপা তেনমৈসাংনা। ঙাহা ফম তোংএ। ৬) য়িসিং লোঙ খোলনা। লমপুন পুঙচাও তোংএ।

তুরেল রাংমা নোংচুপ লমগী য়ুম হৌবদি নোংচুপকী সোল্লো। নোংপোককিসু নোংপোককিনা সোল্লো।
তুরেল মপাল। য়েংলম ওইরম অনিমদা য়ুম শাবদি ময়াইগী সোল্লো। পুঙখনবালোল তোঙান তোঙানবা
লাইরিকশিংদা রাইহৈ রাতা খেম্বা যাওই।

খৌনী চাকথাক

খৌনী চাকথাকী রা হায়গে - খারম চংনা নাবদি খানা চাওবনে। খৌনিদি লফোই লাফাঙ ৬ পানা কা চেং য়েকুম লৈ হৈ লা থাওমৈ ৩ ঈশিং হুন্তনা চেনবদা লাউ ওই খিলও। মগী সাবোই মচীনচাক্তি লৈতালনা সারোঙ অমা সাও। ময়াদা কোনয়াই হাপও খারাই মনা ৪ পালবদা হাপও। ফিরাল ১ থাওমৈ ১ হৈকন লাকন উনানা থোংবা চাক য়েনশাং খারাইদা হাপও। সারোই মমিং হায়ও ঈশিং মপান্দা থাও। সারোই অহ্মবু রাঙপারেল নিংখৌনে মমিংদি উংঙারেল লৈয়াবা লৈসোকলেল ঈখিংবা কৌয়ে। সারোই মমিংদি লৈফানবী লৈয়াবী লৈখারেল নোংখারেলবী নুবীংনুবী নুখোমনু বীসাতাও লৈসাতাও কৌয়ে। মগী লাইনাদি পলখীংবকুম্মা ঈশিংদা তুম্বকুম্মা নাইয়ে।

নোংপোক লম চংনা নাবদি - মগী খৌনি লৈসং মাবোং ১ য়েকুম ৭ চেং লৈ হৈরা লফোই লাফাঙ চঙথোকপা ২ পানা কা মতোন চোংবা ১। সারোইকী খাবাই মনা অহ্ম পান্দনা ফৌকাকী চাক্সা থোংবা লৈসা থোংবা য়েনসাং হৈকন লাকন লৈ ফিরাল ৩ থাওমৈ ৩ লাসেং ৭ অসিনা হোংঙাই অমা শাও। সারোই মমিংদি চিংখাকপা খাসৌবা সিংসৌবা সাককপা রালককপা উচুঙ উরা যাঙসৌতাও তোলাং যাঙবা ৭ মানে। সারোই মাপুদি থাঙচাঙনে মমিংদি তিংকা মাতিং কারীক সন্তোঙ রাখাইচেং খাইচেং অহলবা কৌয়ে। উচুঙ উরা ওইরবা অমদা থারমলুও। মগী লাইনাদি নোংসীং সুখংনা পেং তাখংনা সৌনা নাইয়ে।

নোংচুপ লম চংনা নাবদি - তেলপা নিংখৌগী খৌনিদি লৈ মরম ৭ হৈ মরম ৭ লফোই লাউ ১ ফিরাল ৭ থাওমৈ অরোংবা ১ চেং য়েকুম ৫ লাসেং ৭ লাতেল ৭। সারোইগী চাকথাক্তি খারাই ৩ না মনা ৭ পালবা চাক্ক ৭ সেমও লমশানা থোংও। হৈকন লাকন ফিরাল অমুবা ১ সিঙপোং ৭ য়োংতৌ উতোং ৭ ঈশিং হাপও। উসাই ১ সাও সারোই মমিংদি চুপথোইবা লাইরোংবা লৈবু চীকপা নোংচীকপা মীকপলাক নেংথুবা মীরাইরেল ফোইথুবা মীকোং চেং ৭ মানে। সারোই মপুগী মমিংদি থোঙঙারেল ঙারেল অহলবা চাকথাবা কৌয়ে। মগী লাইনাদি অতুম্বা খংফেংপনে লৈকক মপান্দা থারমলুও।

অব্রাং লম চৎনা নাবদি - খৌনিদি য়েকুম ৫ চেংনে লাফাঙ ৫ পানা কা লৈনে হৈরা লাসেং ৫ লাতোন ৫ কারন্ননা থাও। সারোইগী চাকথাক্তি খারাই মনা ৫ পানবদা য়াইঙুঙনা থোংবা চাক পুন্না খোকও মথক্তা য়েনসাং হাপও। ফিরাল ১ খোইক থাওমৈ চাক মথক্তা থেংও। হৈকন লাকননে লৈনে লাসেং ৫ নে হ্জাম মরুনে থোইদিং অমুবনে সাগোন হরাইনা মকু অমা শাও। সারোই মমিংদি পোংথাঙলেল পোঙলেল তুথাবা লৈককসা সাতুংতে কৌয়ে। মাগী লাইনাদি আরাক অখংনে মাতীলচপাসুং মাগীনে থেক্লা চিংবনে। খৌনিদি লাফাঙ ২ পানা কা চেং য়েকুম কোনয়াই পু ২ ফৌ মরম ২ গী কবোকনাচল ৭ লৈ মতোল ৭ থোইদিং অমুবনে হ্জাম মরুনে য়েকুম ১ না নারোং লেংদুনা নিও। সারোইগী চাকথাক্তি খারাই মনা ৪ পান্দুনা য়াইঙুঙনা থোংবা চাক শা লমশানা থোংবা য়েনশাং হৈকন লাকন মরম ৭ লৈ মরম ৭ ফিরাল ৭ খাংখাপোল ৭ খামেলপোল ৭ সীঙপোং ৭ পুকয়ু উতোং ৭ লৈতালনা সাগোন ১ শাও। সারোই মমিংদি হককারী সাংকারী মোলতরী সাকপলেং রাহইরাং পাখুলহাই ককসুবা ৭ মানে। সারোই মপুগী মমিংদি ওংসুরেং মারচাঙ হায়না কৌদুনা খোঙখুল ৪ ফাংবদা সাগোন অদু থমদুনা থাও। মাগী লাইনাদি সোল লাঙবনে পাইখং পেংখংনা তৌবনে।

চাঙথৈ লাইচী চৎনা নাবদি - খৌনিদি লৈঙোইনা ফুল অমা শাও মথক্তা পাংঙল পুন ১ খিলও কোনয়াই পু ১ হাপও। লাফোই অহিংবা শলখোম অহিংবা চুহিং অহিংবা লৈসঙ পানা কা মতোনচোংবা হৈরম ৩ লৈরম ৩ ফিরাল ৩ ফিঙৌ ১। সারোইগী চাকথাক্তি খারাই মনা ৮ পানবা অমদা চাক চাফুনা খোকও। লমশানা থোংবা য়েনসাং ফিরাল অঙাঙবা অমা থেংও। হৈকন লাকন লাতোল কারল থাও লৈরম ৭ হাপও। সারোই মমিংদি চাংনু হাইনু থুমনু রাইথেরেং কাপতরং পোলচেংহাই লৈকুপ লংপা ৭ মানে। সারোই মপুগী মমিংদি চাঙথৈ খোমসীরেং নাইনবা অসুম হায়না কৌরবগা লৈসৌপুঙা থারমলুও। মাগী লাইনাদি কুচু থোক্লা হক্লা ফানা নাইয়ে।

নোংপোক লম চৎনা নাবদি - খৌনিদি য়াম অহিংবনা হি অপিসা ১ সাও মতোন্দা তিংখৌ মপোপ য়ুংও। লাফোই অহিংবা চঙথোকপা ৩ লৈসং মরোং ৩ পানা কা ৩ কবোক খোইদুম কাংশুবী চেং য়েকুম ৩ কোনয়াই লৈনে হৈরা। মাগী সারোই চাকথাক্তি খারাই মনা ৭ পানবদা চাক অঙৌবা ঙাখা চমফুং য়াইঙুঙগী তল হৈকন লাকন সীং খাংখা ফিরাল ৪ ঈশিং য়ুতোং ৭ লৈতালনা শল ১ সাও। মাগী সারোই মমিংদি চাকাপা মলচিপা মাইপীরেঙ লৈপুতোক লাইপুসাংপা তীনপুচেং লৈপুচেংবা ৭ মনে। সারোই মপুগী মমিংদি মীচিরেঙ মী নোংপোক নোংপোক অচীবা হায়না কৌরবগা লল্লোঙা থাও। লাইনাদি আচংপা হকসাং তাইনা ফেংনা নাবসুঙ মাগীনে।

মৈরম চৎনা নাবদি - হিংঙেন লাগী মথোঙদা চেং য়েকুম ১ কোনয়াই হৈ লৈ লাফোই লাফাঙ কাকুপ ২ পানা কা ঙানু কাংঙা খুনু ওইরবসুঙ ১ মঙক তুপুনা ঈ লৌদুনা যাও। সারোইগী চাকথাক্তি খারাই মনা ৪ পানবদা হামুক তৈবা য়াইঙুঙ তৈবা চাক ৭ মাদা ফিরাল অমুবা অঙাঙবা ১/১ থেংও। সারম ৭ সেমও হৈকন লাকন পুকয়ুতোং ৭। সারোই মমিংদি - সাককপা, বলককপা, মারীবা, লৈচীকপা, সাতোকপা,

ব্রাংবাসী, হাইকুরেঙ। সারোই মপুগী মমিংদি হেকা লীকল্লুপ অরাংবা যাংকোইবেন হায়না কৌদুনা লল্লোঙদা থাও। ফিরাল ৭ ঈশিং উতোং ৭ থাওমৈ থেংও। মাগী লাইনাদি ঈ হাখংনা মৈ চাকপগুমনা নাইয়ে।

উপ্লা লোংনা হিপলিঙৈ নারবদি - সরালেলনে খৌনিদি লৈঙেইনা ফুল অমা সাও। থাখন চান্দুৱা খনও ফিরাল ৪ য়ুংও। ফুন মথক্তা খারা সাও চেং য়েকুম ৯ থেংও। লৈসং হৈরা অহাও অথুম মরম ৭ খামেলপোল ৭ সীংপোল ৭। সারোইগী চাকথাক্তি খারাই মনা ৯ পানবা অমদা চাক যেনসাং য়ান্ননা থোংবা চাক্ক ৯ সেমও। লাফোই চংবী, হৈকন লাকন, লৈনে, ফিরাল ৯, থাওমৈ ৯ থেংও। সারোই মমিংদি - ককলাওবা, পেংলাওবা, পেংসালাওবা, লৌসী লাংথাবা, মানথাকোইবা থাকোই ৭ নে। সাবোই মপুগী মমিংদি - ফাযীং লৈবা সনামহী কৌনা লল্লোংদা থাও।

চংনা ফমনা নারবসুঙ মায়কৈ ৮ মাদা চংনা নারবসুঙ খোঙচংতি চাকথাকনে মায়োন্দি খৌনিনে। চংখিবা অতুন্না মাইওনসুং মাম্নরবদি চংলুবা অদুগী খৌনি চাক তৌও। য়ুমদা লমদা কৈদা ওইরবসু উপনা লোংনা লৈপাক্তা নারবদি সরালেলগী চাকথাক খৌনি তৌও। খোংসান মাইওন খঙদরবদি অনাবগী মতৌয়েংনা চাকথাক খৌনি তৌও।

অনাবগী মতম

অহিং নারবদি - থোংঙারেমে, থাংজ লৈয়ে। চেংও। অযুক নাবদি নোংপোকনে, লংমাইচাঁঙ লৈয়ে। য়ুথক যৌরাইদমদা নাবদি পুঁবৈরোম্বনে ইরাই লৈয়ে। য়ুথক মতুংদা নাবদি ব্রাঙপারেলনে নিংখৌকাবা লৈয়ে। নুমিং য়ুংবদা নাবদি সরারেমে সগোলসেল লৈয়ে। য়ুথক যৌরাইদমদা নাবদি কৌবরেমে লৈপাকপোকপা লৈয়ে। য়ুথক মতুংদা নাবদি মারচীঙনে য়ুমশকৈশা লৈয়ে। নুমিং তাবদা নাবদি কাল চক্রা লৈয়ে। রাছ লৈয়ে। তুমলিঙৈ নাবদি থোংঙারেমে নোংপোকনে খঙও।

পোকঙৈগী নুমিং থা আথেঙ অঙলগা, নাখিবা নুমিং থা, পোকঙৈগী মকোক মমৈ ওল্লবগী। নাখিঙৈগী খোঙচংকা মাইওনগা অহুম মাম্নরবদি উ-মবা তংলে হায়বা খঙও। সোয়দরবনে। ঈরাং খৌনি তৌও খঙও। অসিখিবিকপু খঙনা তৌরবদি য়েংলবগা ৩ মাগী খুংতম লৈঙামবনে। ১ ব্রাংলবদি শিরোইয়ে, ২ ব্রাংলবদি চেংনা কল্লাও, ৩ ব্রাংলবদি চেংনৌও মরা তংলে হায়বা খঙও।

থানা অমন্না, নুমিংনা অঙালবা, খেলনা নোংসীংনে অহুম্মা অসিবু চেংনা য়েংও। খুংতম কৌবদি অসিনে খঙও।

লৈপাক মাইবাহনবদি নোংপোকনে, নোংখৌ মাইবাহনবদি পাল্লোইবীনে। অনীমগী যাথংনে। খঙও।

য়ামনা রাছ অমা সাও মখোঙ ৯ পালও, সেল ২ মোরোক ২ থুম ২ মৈতাল হাপও। ফিরাল ১ থাওমৈ ১ অনাবগী মমাঙদা থমদুনা হে রাছ হা হা ৩ লক য়ানা চীকও। নীংসা ৩ লক কামথোকও, থবাই মি কোল্লমও, লীকলমদা থারুও। খোইরু থাওমৈ ৫ লোঙবা ১ ফিরাল ২ লোঙবা ১, হৈরা পানা ক্কা, লৈ

চন্দোন চেং থোইদিং তিংথৌ মপোপ ১০৮ সনা, লুপা কপুম লৈয়ি ইও। যুংনা থীবা ১৫, ফৈনা থীবা ১৫, ময়ায়দা থীবা ১৫, কারন্দা থীবা ১৫, সুপনা থীবা ৮ লকতা রাইহৈ ১২০। ১২ রাংপদা থানে। য়ীন্মীও য়ীন্মীও থাওমৈ ১/১ হৈরুক ১/১ ফিরাল ১/১ নারবদি য়ীমগী কারলদা তৌও। নাদরবদি থাওমৈ ২ ঈশিং রাংমা রাংমদা পোৎয়াওদো সুপ্না থমও। নহাক্তি ঈশিং ময়ায়দা খোয়বু খুদোল অলুম থুম্মা খুমও। নুমিংপু য়েংনা পোৎয়াও খৈবিকসুনা ১২০ কৎকদনে। নুপী ওইরবদি পোৎয়াও অসি খৈবিকপু যাওনা লফুনা মীওইনা সাও ফিরোইরেলও। ১২০। লাৎকাদনে। সারেল সেমও। লাংফমলেম্মা ওইয়ে। চীরাইবগী ঈরাং অরুবনে। নুমিং য়াইপাতানে। পুকনীও চেংনা তৌও। হীন থুক হীন লুকুন থক্কল্লু ঙুথু কক্ক মিংহীসুসেং সংকাইদা হৈজ্জাংদা সোলও। হুঁও সেক চারেকপী লোকতা সোলও। সলথোঙদা লৈবদি সনামহীনে। মমিংদি পানমপা পুনেমপা, সলথোঙ মারীপা, সলথোঙ রাখায়চেং কৌয়ে। থোঙ হাংনবনে, কুমথোঙ থিংপাদা ফবনে, লোকতসুও ফৈয়ে।

লাইপু সল্লাই খৈবিক

লাইপু সল্লাই খৈবিকপু হায়রক্কে।

হাওরোংবম লাইদি খোন্লৈপায়ে। খাইতেম লাইদি নুংশিং লাই লমখীল সায়েঙ খাইবোক খাইনা নাবনে। নীংঙোলবম লাইদি লৈখীলদা সীঙউৎনা লেংবাগুম্বনে। য়ৌরৈচম লাইদি নুংসংনে। কাঙপুচম লাইদি থী ফাইবা হোইরোং থোকপনে। থোইতীংচম লাইদি থোইতীংকুম হকচাং চাইনা থুংয়ে। চাকীও লাইসু ওম্মা কাওচেং (কৌচেঙ) লাইদি লৈ ককখাইনা থুংয়ে। খুলতোম লাইদি লৈচাপীনে। আকাঙচম লাইদি লোকখুবনে। কীয়াম লাইদি নাতোন নাকচীচিংনা থামেই থাচীল চাংনা থুংয়ে। অবুচম লাইদি নাতোন নাকচী অনিমা চাংনা থুংয়ে। হোংনেম লাইদি য়াঙলেং থোক্তাকনা থুংয়ে। তাইবংচম লাইদি মখা মরৈ পৈথোক্তা থুংয়ে। লাইবেরমগী থুংনে খঙও। খ্বাইসনাম লাইদি সারৈ ওইনা থুংবা খৈবিকনে। হাওরোক কোন্হৌজম লাইদি অইং অসুবনে। খুকলুদা তুথোক তুসীলপা গুমদনা থুংয়ে। অঙোম লাইদি ঈশিং লাইকৌই লাইনে। অহোঙ সাংবম লাইদি অপাং অনোমবা খৈবিকনে। মোঙবীচম লাইদি খোইপম লাইদি তীনলাইখোমশী চুবগুম্মা থুংয়ে। হাকম চলবনে। থোকচোম লাইদি নাপঙবনে। লোকতোলবম লাইদি খুংপাক খুংচেপ খুনীও কুরোল হুনা পোকথোকনা থুংয়ে। য়েনখু লাইসুং কৌয়ে। ওইনম লাইদি মতীন চোনা থুংয়ে।



মনিপুৰদা ঈৱাং খৌনিৰোনগা
লোয়নৰকপা হিদাক্লোন

(MONOGRAPH ON RITUAL HYMNS & CHANTS OF MANIPUR AS
SOURCES OF INFORMATION ON MEDICINAL PLANTS)

Part - II

অইং অসু

অইং অসুবদি – সাকোনহীদাক মপান অমবু, মইসুং ফারকপা অমবু য়েকম, কোনয়াই থাও, মৈ ১
য়াও-ও। মরা কোম্মা থল্লম-ও হ্লকও। হৌখিদনা নীংসা হোন্দনা ফুল্লকও, থাংজ নুমিত্তা লৌরকও। মপান
মরা খাঙ্কনা লৈয়ু শুংও। লৈয়ু অদুনা লরাইদগী হৌনা তৈথাও। ওক্লিদা তোকও, ওক্লিদা হৌনা থাচিন্দা
তোকও, থাচিন্দগী হৌনা নীঙদুনা তোকও। অমরক মখাদগী হৌদুনা, খুয়াদগী হৌদুনা খুচেংদা তোকও,
খুচেংদগী হৌনা খুকলুদা তোকও, খুকলুদগী হৌনা খুৰাংদা তোকও নোংমা তৈও ফৈয়ে।

অইং অসুবা

চুমথাঙ নমথিবি মক সুম্বালদা সুদনা মনিলনা হীগা যৈও। অইং অসুবনা কায়রবদা খোমচালবা ওম্বনে।

অইং অসুবদি – লীলফুগা যোংকা লোন্দুনা থকও। লৈখাম অসঙবা চকপা হৈক্ৰু মনা, ওকহিদাক
অহুম্মা লোন্দুনা থকও। থৈবোঙ মচি, খেউ, উথাও, লাইকি মচি, তেলহীদাক অঙৌবা মরা, নমসা ওইনমবা,
কুপনা তঙ্কুনা হৌনা ফোনলাংনে, সীংখানে, যাংলীনে কুপনা সুদুনা মৈদা লোন্দুনা থকও। তাংখুথৈ মসাসুঙ
চাও চুকসাও। লাইসোলদি – মাৰচীঙনে লৈপাক্কা, নোংথৌ, কৈ, লাই ৪ মাৰু য়েকুমকুমনা কোলববু। লাই
১ দি কোক্কা লাই ওইখিয়ে। অমদি মাৰে মাৰচীঙও কোকলবগা লৈপাকতগী লাইসুঙ নিংখৌদগী লাইসুঙ
খীবা ওময়ে পুথীবাও। লাইরেলবু সেংকমকুমরাংবা মতুপ ৭ মাদা য়েলবীৰে থাঙচী অরেমপাপু মিৎতা
থুংবদি থুংগানে। নিংখৌ মরৈনা স্নাহল লোকচাওগী লাইবু তীল্লাং হাইসীংনা সীংকুমনা সীংকানে। নিংখৌ
মাইবাহলবা হামলেল লৈপায়বা, খুৰাইতাঙবা মথোঙ তেঙুবা মমিং তাঙদবনা ওম্বনে।

অউংবা

অউংবদি হুগ্গাম মরু, মোরোক ২ থবাক থোমও। অউংবা খোঙদা থোমগে হায়রবদি বান্দেংখোইবী
কুপনা তকও। মোরোক ২ হাপও, থুম হাপও, খুচেংদা থোমও ফৈয়ে।

অউংবদি – সৌগ্ৰি মরু, হুগ্গাম মরু, চামক্ৰক মরু, মুথ্ৰবী অসি কুপনা তকও। শিংখা মহী, ওকহিদাক
মহী, পুল্লেমালবী মহী, তেথাওয়াইখু মহী অসি খৈবিক য়ান্দুনা তৈও। খুয়াদ ইরুম কৈরুম, কাংহু, য়াইঙঙ,
শুন্সু অসি খৈবিক তোংতুনা থোমও ফৈয়ে। লাই য়ৌচীল্লবদি তীনথোক মহী, থুম, শিংখা মহী য়ালদুনা

থকহলও। অমদি ফকফাই মহী, থুম, লাংথরৈ, কবো মুরোকসি তোড়ুনা তৈও। পানথোক, ছপ অনীমদি ফুড়ুনা থকহলো। অসিনা ওমদরবদি লাইবেল মশিংখা থকও। অসিনা ওমদরবদি তেলহীদাক অঙেবা ফুড়ুনা থকও।

অউংবদি – হংকাম মরু, সংকুরা মরু, মুথুস্বী ৩ মা তকও। সিংখা, ওকহীদাক, পুঁলেমালবী, তেখাও মাইখু অসি খৈবিক তোৎতুনা খুয়াদা থোমও ফয়ে।

অউংবা হিদাক্তি – উকু অসাবা, হাকথিখলবী, কেকেমালবী মহী, সিং মহী, চারাইসাপী মহী, ফকফাই মহী, মান্না চারেঙ মহী, হংকাম, কবো থুম ৯ মা তিলো। মহী অদুদা উকু অসাবা তকও হকসাং অপুন্না তৈও।

অউংবা ১ দি – ফকফাই, মালনা চারেঙ মহী, চারাই সাবী মহী, মুথুস্বী, পুঁলে মালবী, ওকহীদাক, উংসি, কেকেমালবী মরুনে ৮ মা তিলো। হকসাংদা থবাক হুমদাং ২ মা নমগল তৈও। যাদা চাবদি মুথুস্বী, পুঁলেমালবী, খারাপোল, কাবথুম, কবো মুরোকসি ৫ মা কুপনা তকও চাহলও।

অউংবগী হিদাক্তি – মোরোক, সিং, হকথিখলবী, ফকফাই, চারাইসাবী, কাবথুম, কেফ্রু, উশিংশা অসি খৈবিক তিলদুনা তৈও অউংবসুঙ ফৈয়ে।

অওবা

সাপৌতেম অমা, রাহোং মতু, তেংনা মারম অছম্মাপু মৈদা হিকও। ফুঙ্গগী উংকী উংতীনা তোংও অদুগা চাও। অওবা অচৎপা ফৈয়ে।

অকাপ্পা

অকাপ্পদি – নুংওক মশিংখা, খুপাই মশিংখা, থুম অচুম্বা, মোরোক মরীমা তোড়ুনা তৈও ফৈয়ে।

লমকাপ – য়েন্নখং, ওক মশিংখা তৈও। লাইশোন্দি – হে অকাপ্পা মঙামক লেইনে তাবসুঙ লাই তরেং কাপথবও। শারেং য়াংপা তুথব-ও। কোরৌনোংদা কাপ্পসু নোংলোন তরেংমা কাপথংপা। থনুংখিংপা নোংশিত্তা কাপ্পা, মৈদা কাপ্পা, ঈশিংদা কাপ্পা, লৈপাজ্জা কাপ্পা, নোংখৌদা কাপ্পা, লমদা কাপ্পা খুঁক খংসেং হয়না শোলও। ফৈয়ে। য়াইরোঙদসু শোলও ফৈয়ে।

অকাপ্পদি – হৈনীঙ মরু থাকও, চাসুঙ চাও।

অখোম লাই

অখোম লাইদি সেলকোয় লাইনে। হিদাক্তি চুনানা য়াংতুনা তেংনৌনা পোকহাল্লাবগা, সীংখা মহী, থুম অচুম্বা, লপকাংগা লাংথ্রৈগী তাক্কাইগা তৈও। অখোমদা য়েলহীং থাও। চাপালদি – কবোক অফাবা, ওচীং কোনয়াই পুমা, লাভুং অমদা হাপুনা নোংচেংদা থাও।

অঙাওবা

অঙাওবদি – তিৎখং মরম তরেংপু মৈদা হীকও, উৎতী চুমও, ফুদা ফুৎতুনা ইরুথোকও। শারম তরেং চেং মরম তরেং তিন্দুনা চফুদা থোংও। চফু অদুবু পুয়না খোকথোকও, চাক ময়াদা ফিরাল ৫ থাওমৈ ৫ মখোঙদা থাওমৈ ১ থালও। উরোক ১ থেংকু ১ চাক অদুবু ওয়নে য়েৎনে চপও, লাই ৯ মানা নোয়বা হয়ও। লমলোঙগী কারল থাও, থারগা যুমগী ময়াদা হিপহলও। তুল্লবগা তাহন্দনা খুয়া লুখুম ওন্নানা নুমিং নিপান্নিসুনা মায়গৈ ৮ মাদা ওন্ননা হিপহলও তুমলিঙৈ শেমও। অদুগা মহাক উদনা অমম্বা মফম অমদা শেমদুনা অদুদা লৈহলও। নুমিং উফরোইয়ে তরাতরেংনি থল্লবগা নুমিংপু চেং থোয়দিং, হৈরুক, পানা ক্কা, লৈ চন্দোল, থাওমৈ যাওনা মখুৎতা পায়না নুমিত্তা পিহালও। ইরুনা তৌও চেংও ফৈয়ে।

অঙাওবা ফনবা হিদাক্তি – কবো লৈতেং মালবী মারা সল ১, কবো মুরোকসি ৭, য়াই থল্লা মালবী সল ১, হংকাম মরু সল ১, অসি খৈবিক কুপ্পা তজ্জুনা উচিথিকুম তাও। তৌরাইদমদা সিং-মহীদা তোংতনা মিৎতা হাপও অঙাওবা ফৈয়ে।

অঙাওবদি – তিৎখং মরম ৭ ইকও, উতী চুমও, ঈরুথোকও। সারম ৭ চেংলম ৭ তিন্নথোকও পুন্না থোংও। চাকতা ফিরাল থাওমৈ ৫/৫ থেংও। লমলোঙদা থাও অদুগা যুময়াইদা হিপহল্লা, তাহলদনা খুয়া লুখুম ওন্নৌ। নুমিং ৮ নি মাইকৈ ৮ মা শুনা তৌও। ঈরুদুনা নুমিত্তা হৈরুক থাওমৈ যাওনা খুকমদুনা কৎহল্লা ফয়ে।

অঙাওবা লাইয়েংনবা হিদাক্তি –

১। পানা মনা ৭ খজিং অতেকপগা শিংজু পিজৌ।

২। উরোক শুম্বল মনা ঙামুগা থোংদুনা পিজৌ।

৩। পাঙ্গংগী উৎনা চুম্বা উতি মহি পিথকপা কামৈ।

৪। ক্কা মানবী, নিংখৌখোংলি শিতামিগ্গা ফুংলগা পিথকউ।

৫। মুকপ্ৰবী মরু, লোং, গুন, কপূর, মনাই, ক্কা মানবী, সোনামুখি মকুপ শিতামিগ্গা চাবা ফৈ।

অঙাওবা

লাইনা অসিদি – মৌনবা পোং চাবা, হু অমসুং অমাংবা পোং চাবা, অহল লম্মন অমসুং মরান লৈতবা মীদা লাল্লুবা। অশাউবা, অকিবা, অরোনবা, অচৌবা থবকী মইহে য়ান্নবদা, হকচাংগী মৈ, ঈশিং, নুংশিং অহুম অসিদা অশাওবা পোন্ধকই। হায়রিবা অহুম অদুনা রাখনগী শিংলিদা শোকলুবদগী লাইনা অসি পোন্ধকই। লাইনা অসি রাখলদগী ওইরকই হায়দুনা রাখল লাইনা হায়নসু কৌই। লাইনা অসি মখল ৭ শুই। (১) নুংশিংকী দোষ, (২) ঈশিংগী দোষ, (৩) লোকী দোষ, (৪) নুংশিং, মৈ, লোক অহুম্মকী

- অপুনবা দোষ, (৫) অরাবদগী ওইবা দোষ, (৬) হু চাকুবদগী দোষ, (৭) ভুত বিদ্যাদগী ওইরকপা দোষ।
- ১। নুংশিংকী দোষতগী ঙাওরবদি :- লমহেন্না পঙবা, কপ্পা নোকপা, ইশৈ শকপা, মখোং মখুং চপতিংবা, মশা ময়াং কংবা, শৌ-শৌ লাওবা, কুচু ঙাংলিবা মওং অসিনা তিনগনি।
 - ২। ঈশিংগী দোষনা ঙাওরবদি :- শাওবা, কিগনবা, অইংবা উকম, ঈশিং পাম্বা, অচা অথক পাম্বা, নোকপা কপ্পনচিংবা, মশা শাবা, মচু নাপু মানগনি।
 - ৩। লোকী দোষনা ওইরবদি :- মতিন শিংপা, চানিং থক্লিংদবা, ওনিংবা, তুম্বিংবা অদুগা মমিং মমুং, খজিল, কুচু ঙৌগনি।
 - ৪। নুংশিং, মৈ, লোক, অহুম পুন্সবদি :- মথক্তা হায়ত্রিবা মওং পুম্বমক্লা তিনগনি।
 - ৫। অশাওবদগী ওইববদি :- অরোনবা রা ফোংদোকপা, নোকপা, কপ্পা, ইশৈ শকপা।
 - ৬। হু চাকুবদগী ওইববদি :- মচিল মুগনি, মমিং ঙাংগনি, মপাঙ্গল শোনগনি, জ্ঞান লৈরোই।
 - ৭। ভুং শাম্বকুবদগী ওইববদি :- মওং তোঙান তোঙান্না যামখবে।

হিদাক —

- ১। নুংশিংকী :- ঘী, থাও পিথক্কনি।
- ২। ঈশিংগী :- ঈশিং পৌননবা হিদাক পিথক্কনি। ঈশিং পৌননবগীদমক, স্থল কমল মনা শুরগা মহি লৌদুনা চিনি অঙৌবগা যাম্বদুনা পিথক্কনি।
- ৩। লোকী দোষনা ঙাওরবদি :- অহানবদা লোক মুন্সবা হিদাক পিজদুনা লোক থোকহনগনি। মাদুদি নোংমাংখা মনাদু পরা মখাই ঈশিং পরা ৩ দা হাপুনা ফুংলগা মহি পরা ১ তা লৌরগা খোইহিগা তংখাই তংখাই যাম্বদুনা নোংমদা অহুম মবিবক থক্কনি।
- ৪। নুংশিং, মৈ, লোকনা ঙাওববদি :- উম্বাদগজাক্কুশ চাগনি কবিবাজদগী ফংই।
- ৫। কামনা ঙাওরবদি :- অপাম্বা নুপী পিরগা ফৈ।
- ৬। হু চাবদগী :- হু কোক্কা হিদাক পিজগনি। মদুদি অজিতাগদগা ঘীগা, খোইহিগা চাং মাম্বনা হাপুনা তোলা অমমম পিথক্কনি। নোংমদা ৩ লক পিথক্কনি। (হিদাক অসি কবিবাজগী দুকান্দগী ফংই)।
- ৭। ভুংবিদ্যানা ঙাওরবদি— মন্ত্ৰ অমসুং পূজানা লাইয়েংগনি।

হিদাক — পেরুক মহি, মাইরেল অরিবা, ওকহিদাক, শৌগ্রি অনানবা মপাল, কাংখিল মই, খোইহিগা চামিন্নবদি ফৈ।

তোকোং মক তকখাইরগা, খোইহিগা চামিন্নবসু ফৈ।

কোনা মহি খোইহিগা পিজবসু ফৈ।

ঘী অরিবা পিজবা অমসুং তৈরবসু ফৈ।

হঙ্গাম থাওনা মশা অপুন্না তৈরগা নুংশাদা তুমহল্লবসু ফৈ।

চিঞ্জাক — অমাংবা অমসুং ঈশিংদা বেরা তৌরোইদবা মনা মশিং চাবা অমসুং হরাই মুগ চাবা ফৈ।
কবো লৈতেংমালবী মারা সল ১, কবো মুবোকসি সল ১, যাই থল্লা মালবী সল ১, হংকাম মরু সল ১।
অসি খৈবিক কুপ্পা তক্তনা উচিথিগুম তাও। তৌরোইদবা সিং মহিদা তেংতনা মিৎতা হাপও। অঙাওবা ফৈয়ে।

অঙাংনা অহিং নুংখিল শাব

অঙাংনা অহিং নুংখিল শাবগী হিদাক্তি কেক্রুনে, হিদাকমনা অয়াকপনে, পুলৈমানবী, য়েমখং, থুম,
হিদাকফু মহীগা মুন্না ফুংলগা মপুক খাকও মসাপুম্নমক থুংনা তৈয়ু অহনসুং ফৈ।

অঙাং ঈশিংদা তাবা

অঙাং ঈশিংদা তারল্লবদি মশম পায়রগা চিংখংলু। মশাদি য়াল্লা নানবনি, কংফাল য়ৌরগা উং খরা
পায়দুনা মখেঙ অনি পায়রগা থাঙ্গুতুনা নিকথোকউ। থকখিবা ঈশিং মখে লোইনা ওথোক্কনি। অঙাং অদু
নীংখিনা হিপহল্লগা মখেঙ মখুং, ময়াঙলেন মথবাক মৈশা পিদুনা য়াল্লা শাগংহল্লু। অমোনবা ফি মৈদা
যাইংগা মমায় যৌহন্দনা ফৈজুপ শুপ্লীয়ু। মনাতোন্দা শ্বব মশীং লৈতনা কান্নীয়ু। অঙাং অদু মথরাই লোইনা
ংলমদ্রবদি শোয়দনা হিংঙী।

অঙাং ওইদনবা

তেলহিদাক মহী থকপা অঙাং ওইদে, নিমগী থাও শিজিন্নবদা অঙাং ওইদে, বোকুল মহী নত্রগা
শেস্বাং কাওথুম চাবা অঙাং ওইদে। নোংলৈশং মনা ফুংলগা থকপা অঙাং ওইদে। নুংশিং হিদাক, লাংগৈ
মতোন তরেং তরেং মহী থকপা অঙাং ওইদে। পানা মনাগা হিংগা চামিন্নবদা অঙাং ওইদে। নোংমাংখা
মরাগী মহী খরিগা ফুংলগা থকপা অঙাং ওইদে।

লৈহাওগী লৈ তকখায়রগা অরিবা কুইরবা চিনি অঙাংবগা লোয়ননা নুপীগী থাগী রিতু ওইরকপা
নুমিংশিংদা চারবদি গৰ্ড ওইরোই।

অঙাং কপ্পা

অঙাংনা কপ্পবদি — লংহৌ চা থোংদবা ৭ তা উইল মরা কিশিল্লো অদুগা মঙক্ততা কিদুনা শিও।

অঙাং কপ্লবদি — ঙা পুংথারাও ১২ ইরান্দা থোংও চাদুম ১২ লৈহৌরা ৫ দা হাপও। অদুগা নাওফম মথক্তা থমও। অঙাংগী নুমিং থা তাকলবগা য়োমদুনা অঙাং পোকপা মফমদা মঙা মঙানি য়াল্লবগা পুলৈ মথোঙদা থমলুও কপলরোইয়ে।

অঙাংনা তুয়া হিগ্লা নাইদনা কপ্লবদি হেস্তাক লৌনবা লা অদুনা মানা হিগ্লা মাইথা মখাদা থল্লগা হিপহলও ফৈয়ে।

অঙাং খোম থক্তবা

অঙাংনা খোম থক্তরবদি — হৈ মরম ৭ লৈ মরম ৭ লফোয় লাফাং ১ চেং য়েকুম কোনয়াই অঙাং পোকপা মফমদা লাভুং অমা যুংদুনা মথক্তা পোংয়াওদি থাও। নুমিং মঙানিশুনা মমাবু খুকুমহল্লো খোম থোক্তদনে।

হৈক্রু, মনাই মকুপকা, শঙ্কোম অনৌবা, খোইহি পুন্মক অসি নৈখাইরগা মরৈদা তকপিগনি।

অঙাংনা খোম থিবা

অঙাংনা খোমথিবা তারবদি — লৈরম ৭ চেং য়েকুম কোনয়াই যাওনা অঙাং পোকপা মফমদা থাও মমাবু খুকুমহল্লো ফৈয়ে।

অঙাং চিংনবা

অঙাং চিংনবদি — খোইক্রু, উসিংসা মরা, থারোইপিচুপ ৩ মা তিলনা তক্তুনা তৈথৌ। চেং য়েকুম লাইদা থাও, হে থোঙ্ডারেলও তাইপঙপালনে পিথরকও হায়না খুকুমও। লংমাইয়েনখা, ওকহিদাক সুদুনা ঙৌও লরাইদা য়ৈথৌও। হৈনৌজোম, লাইহিদাক, থারোইপিচুপ মরা, হিঙ ৪ মা তিলনা তৈও।

অঙাং চিংনরবদি — খোয়রীনে, উহল মরা, থারোয়পীচুপ মারা অহুম্মা অসিনা তক্তুনা থাচিন্দা খোয়দা তৈও, য়াঙলেন, পীরাই তৈও। চেং, য়েকুম, কোনয়াই লৈ যাওনা অঙাংচুনাগদবা মমাঙদা। হে থোঙ্ডারেনও তাইবং পানবনে হায়না খুকুমও। সম্বোঙদা থানা থমও চেংদি মমাবু থোংদনা চাহল্লো ঈ-পাগদবনে।

হোংঙুনে, লংমাইয়েনখা, ওকহিদাক অহুম্মা সূনা ঙৌরবগা অশাবা অদুনা লরাইদগী হৌনা য়ৈথৌ। হৈনৌজোম মকু, কদম মকু, লাই হিদাক মকু অহুম্মা তিলদুনা ফুঙনা থকও ঈমন তনফররোই চংকদনে।

ঈনা পাইখংলবদি — অঙাং মথোয়, উহল মরা, থারোয়পীচুপ মরা, হিঙ মরীমা তক্তুনা তৈও। নাওফম মথক্তা হৈরুক ১ থাও ফবনে।

অতল নুৱা লাই

অতল নুৱা লাইদি – শল, ওক, হুই, যেন, শা-ঙা, মী অসি খেবিকনা নন্নবা উচেংপু মৈদা ইন্ধুনা তাক্সেই লৌও, নন্মেনগা যামনা তৈও ফৈয়ে।

অঙাং তীনহৌবা মশা শাগংপা

কিহোম মনাগী মহি তোলা অনিগা খোইহিগা তিন্নদুনা থক্কবদি অঙাংনা তীনহৌবা মশা শাগতুনা নাবা ফৈ।

ঈশিং অফবগা সৈন্ধব থুমগা পিথকউ, তীন্না নাবা ফবনি।

নিম মনা মহি তোলা অমগা খোইহিগা পিথকউ অঙাং তীনহৌবা পুন্মক ফবনি।

অঙাং তীনহৌবা

খেনে যাঙোনে শামু নন্মেল মহীদা নৈখাইবগা অঙাংতীন হৌবদা তৈও ফবনে।

অঙাংনা তীন হৌবদা – মঙ্গৈহৈ, উংনিংখৌ, ঙাখা অতেকপনে অহম্মা অসি তকখায়ও, লৰাইদা থোমও।
ঙাখক লৈবগা নাপ্পদা থোমও, ঙাখক লৈবগা নাকমদা থোমও, ঙাখক লৈবগা খৌবীদা লুখমদা থোমও,
তীন হুব্বনে।

অঙাংগী নাওকক তোকনবা

অঙাংগী নাওকক তোকনবা হায়গে – লৈহৌবা মতোলনে, তুজম মতোলনে, হেস্তাক্কে অঙাংগী
হিপফম মখাদা থমও তোকপনে।

অঙাং নাবা

অঙাং মচিন চাফৎলবদি খোইহি লুপা হিদাক কবোকা তিন্নদুনা তৈবীযু যাম্মা থুনা ফবনি।

খোইহিগা কিহোম মনা অনৌবগী মহিগা তিন্নদুনা পিথকপিয়ু। মনঙ্গন্দা নোংমাংখা ফুৎপগী মহি তৈবীযু
যাম্মা থুনা ফবনি।

অঙাং নাবগী (হিদাক থকপা হৈত্রিবদা)

থবাক, খুয়াদা হঙ্গামথাও তৈবিবগা, নোংমাংখা মনা মনিল চংহন্দনা চফুদা মুন্না ফুৎপগী মনিল অদু
ফিবুল অনি শেন্নগা নাভোনগী ন্ববদা চংহল্লবদি ফৈ। তুন্নিঙৈদনা হেমা ফৈ।

অঙাংপোকপা লৌনদবা

অঙাংপোকপা লৌনদরবদি — ঙা পুমথারাও ১২ চাক চাদুম ১২ লৈহৌরা ৫ লোলদুনা ঙাগা চাক্কা নাওফম মথক্তা থাও। অদুগা অঙাংপোকপা মফমদা য়াল্লো অদুগা পুললৈ মথোঙদা থাকুও ফৈয়ে।

অঙাং মশা ফনবা

অলু অহিংবা শিংচিভা শিংলগা মহী লৌদুনা খোইহীগা য়াল্লদুনা চামচ অমমম খোম থক্কা অঙাংদা পিথক্কাবদি অঙাং মশা ফহল্লি।

অঙাং লাইকুপ থোকপা

লাই থোকপা মতম — খৌরান, লাংবল, মেরা থা অহ্মনি। অঙাংনা মশা শাগৎলকপদা নুমিং নিনি ফাওবা নুংদা হিদাক থাদবা। ঈশিং তোয়না কোই, ঈশিং অশাবনা ঈংহল্লগা খোইহী খরা য়াল্লগা পীথকপা, ঈশিং অশাবা ঈচমসু থকপা ফৈ। হুম্বিদা লাইকুপ মশক উরবদা, শাওম মশীংখা খোইহী খবগা ঈশিং হাইবপ য়াল্লগা পীথকপা লাই অদো লোইনা ফুদোকপা ঙুম্বী।

লরাইদা হাপ্পবদি — অচাথাও, কেরোশিন, কপুৰ তিন্নবগা তোয়না হাম্বীগনি। অঙাংদা তিন লরাই কাদনবা হোৎনগনি। অঙাংগী লায়য়েং য়াল্লা লুই, তীন্না লরাই কারক্কাগা মশা উনমকম ঈংখ্রবদি লায়য়েংবা কান্দরে খঙেঙো।

মরিনি শুবদা শিংখা, উচান মচি তরুগা খোইহীগা পুন্না তিন্নরগা অয়ুক নুংখিল খরা খরা পীথক্কানি। তরুকনি শুবদা হক্কী ঈশিং তিলগা তিন্নরগা মশা পুন্মক লাইমায় তাগনি, নাস্তোকপীগনি। তরেংনি শুবদা য়েনশীন মহী হাপকনি, হিদাক ময়ান অদু তৈসু তৈবীগনি। তরামাখোইনি শুবদা লাইগী নুমিং লোইরে।

লাই-থোকপা ইমুংদা ঘী থাও ভৌদুনা চাবা য়াদে। ঙা যাইফৌ থাবা, লৌবা, মনম অকনবা শীজিন্নফরোই, অমাং অশোয় অয়ান্না তৌফদে। খোইজু লৈখাম মনম তাবা য়াগনি। ধুপ, মেত্রুকী মনম ফাওবা তাবা য়াদে। লাইকুপা হঞ্জিনখ্রবদি লাইচুম থী ফায়গল্লি, কুপ্পা শেম্বীগদবনি।

অঙাং লোকথুংবা

অঙাং মচাশিংনা লোক থুংদুনা স্বর হোনবা ঙমদবা, তুন্না যাদ্রবদি নোংমাংখা য়াল্লা মুন্না ফুংলগা অমোনবা ফিনা ফিবুল শেমদুনা চফু অদুগী মখুম ওইনা খুন্মু। মনিলা অদুনা ফিবুলদা চঙলবা মতমদা, অঙাংগী মনাতোন ময়াদা থল্লগা স্বর হোনবদা চিংশিন্নবা তৌবিউ। ইরুজবা মতমদা ঈশিং অশাবগা সৈন্ধব থুমগা য়াল্লদুনা তঙনা ইরুজবিয়ু। লোক থুনা ফবনি।

অতল নুরা লাই

অতল নুরা লাইদি – হৈপুং মহীদা নাপু মৈদা ইজুনা তৈও।

অথিবম চাওথোকপা

উচিখি মরা অমসুং গুনমরিচ চাং মামনা লৌরগা শলয়ুংগা তোভুনা নপ্পগা থোল্লবদি নিপাগী অথিবম নাবা চাওথোকপা ফৈ।

চহুই মরা, লৈপুঙ খাংখা মরা অমসুং শিংখাংখা মরা অমত্ত ওইনা ঈশিংদা তরুগা নিপাগী বুৰিখাও চাওথোকপদা নপ্পবদি চাওথোকপা ফৈ।

উচান ঈশিংদা ফুৎপগী মহীগা শলয়ুংগা থরুবদি বুৰিখাও চাওথোকপগা লোয়ননা অথিবমগী লায়না ফহল্লি।
চরোইদোং মরা চেংহীদা তরুগা নপ্পবদি নিপাগী অথিবম চাওথোকপা ফৈ।

অথিবম নাবা (অণ্ডকোষ চাউবা অমসুং চিকপা)

রক্তচন্দন, থম্বাল মথোক, যষ্টিমথ, থরো অশংবগী লেস্ফু পুন্মকসি তকলগা শঙ্গোম অনৌবগা তিল্লরগা তৈরবদি ফৈ।

ওকহিদাক্কা হঙ্গাম মরুগা তকখাইদুনা তৈরবসু ফৈ।

কালুজিরা, ফদিগোম, কাংখিল, গেছ, বোবোই অকংবগী মকুপকা তৈরবসু ফৈ।

নোংমাংখা মনাগী মহি শুগাইদুনা লৌবগা মৈদা ক্ষে শানা লৌদুনা তিনশিবী মরু অমগা হাপচিন্দুনা তৈরবসু ফৈ। (অনাবা মফম অদু অকনবা ফি অমনা লাকখৎতুনা পুনগনি)।

অথুকপা (পিংকী লাইনা)

অথুকপা পিংকী লাইনাগীদি – খোইহীগা চিনি অঙৌবগা তোভুনা চাও ফয়ে।

অথিনবা

রম্মী তিজ্জাগা শাওম মশিংখাগা তজুনা থকউ ফবনে।

অনাবনা ঈশিং কৌবা

অনাবনা ঈশিং কৌবা ফনবা হয়গে – তুমৌ মরানে, লীরেমে, লৈহৌরা মতোন অহুম কিশি কিরগা পুন্না ফুংলগা থকউ। অনাবনা ঈশিং কৌবা ফবনে।

অপাংপগী হিদাক

হিদাক মখলশিংদি :-

চাইফরনে, নুঙসিমে, হংকামথাও অহিংবনা মৈদা ঠৌরগা তৈও।

অমদি মীরৈবাক থাওনম মারুনে, সংকোম অপুশ্বনে, মৈদা ঠৌরগা যাইঙঙ মহি খরাসুমসিলদনা তৈও। অমদি হিদাক মানানে, তীনলৌ মারুনে, লৈপুঙ খাংখানে, সিংখা মহিনে যাইঙঙ মহিনে, ফকফাই মহিনে অসি ঠৌরগা তৈও ফৈয়ে।

লংমাইয়েনখা অসীনবা মনা, অয়াঙলৈমনা মৈদা ইকও, তাঙকোই লৌও, মখুলদা হাপও। নাইচাদনবদি হুইথক মরা, সিংখা থোমও। অপাংপসুঙ ফৈয়ে।

তুলসী অমুবা মনাগী মহীদা নুংসিল অশংবা তক্তুনা তৈরগা হোংঙু মনা কুপউ ফবনে।

চমেমে খোইকনে যুবী থাওনা ঠৌদুনা নপও ফবনে।

শুন্ম মহী ঈরু কাবা অদুগা থাও অহিংবগা তুলা মান্নহল্লগা মুন্না নৈখাইরগা ফিদা তৈরগা নপউ। অপাংপা, খোমদা, খোইমছমনচিংবা ফবনি। অহল ওইরবা হকচাং ফতুদুনা পাংথোকপসু ফবনি।

অপাংপগী হিদাক্তি – পানা মনা ৭ হংকামথাওনা ঠৌদনা থোংবদা জমেন তকখায়দনা হাপলগা তৈও ফৈয়ে।

অপাংপগী হিদাক্তি – ওমুমান মরা (ঙামুয়াই) লাইথবোই অহান্না লৈবাক মনুংদগী অদুগা তক্তুনা তৈমু ফবনে। অপাংপগী হিদাক হয়গে – নিম মনা, শগোলহিদাক মনা, চেং কবোক, ঘী ঠৌদুনা পিজৌ ফবনে।

অপাংপা, অপোন্না, চাফংপগী হিদাক্তি – রস সিন্দুর, রসমনিক, রস কর্পূর, মুদ্রা সঙ্ঘ, যাঙৌ, থোইদিং অঙৌবগী থাও, ঘী, মেত্রুক, চনম, খোইরু ঠৌরগা মোলোম শেমদুনা লশিংদা লুপ্পগা অপাংপা অপোন্না চাফংপা মফমদা থোম্মু ফৈয়ে।

অপাংপগী হিদাক্তি – রস কর্পূর, মুদ্রা সঙ্ঘ, রসমনি, রস শিন্দুর, জমেন অসি তুলা চপ মান্না কুপ্পা তকখা ইরগা খুজিলা অমা শলগী ঘীদা তোৎশিল্লগা হিদাক তুলা অমা ফারবদি ঘী পৌরা অমা হাপ্পগা ঠৌদুনা তৈমু।

অপাংপা চেরেনচিংবদা ত্রিফল ঘীগা পিজবা ফৈ। শগোলহিদাক মহিগসু ফৈ।

লফু লমাং মহিদা হৈবীমরু শুগাইদুনা হাপও। মৈদা মুন্না লোন্দুনা নঙনা লৌরগা অপাংপদা তৈমু ফৈ।

অপাৎপা, ফুরি

হিদাক মখলশিংদি :-

হঙ্গামথাও অশেংবা পৌরা অমদা নিম মনা অশংবা পৌরা অমা ঙৌদুনা মাদুদা কণ্ডক তোলা অমা মনঃশিল তোলা মখাই অমা হাপুনা অদুদগী থাও অদু থাংথদুনা চুঙ্গা নিম মনা ফুতুনা শেংনা চান্নগা নুমিং ৭/৮ নিদং তৈরবদি যান্না ফৈ।

হৈনৌ পাস্বীগী মনপ চম্প্রা মহিদা নৈখাইরগা তৈরবদি ফুরি ফৈ।

শ্বেত চন্দোন তক্তুনা কপূর খরগা যান্নদুনা তৈরবদি হাক্চবা ফৈ।

নুমিং খুদিংগী কণ্ডক চংনিং অনিদং লফেইদা হাপুনা চারবদি ফুরি অকংবা ফৈ।

নিম মনাগা হিদাকফু মহিগা ফুংলগা নিংথিনা চান্নগা হঙ্গামথাও অশেংবগা মেত্রুক খরা ঙৌদুনা নুমিং ৭ নিদং তৈরবসু অপাৎপা ফৈ।

অপোম্বা

অপোম্বগী হিদাক্তি – লফেই কেলা থোম্বা ফৈয়ে।

অহানবা হৌরকপদা অফিং কানি তৈবা কংবনে। নাই চাগে হায়রবসু অতৈনা তৈবা মচীন ওইগদবা অদু থাকও। নাই মচীন কায়নবা সুধাগা শুনুগা তিল্লগা মচিন্দুদা নপও মখন্তা কায়বনে। মচুম চিংবসুং কানি অদু লাদা লুপ্পগা নপও মচুম লোইনা চিংথোকপনে।

অপোম্বা কংনবদি – অঙ্গোং মখোম মোইথাপ্তা লুপ্পগা থোম্বা ফবনে।

অপোম্বা মারোক চুপথোক্লবা

অপোম্বা মারোক লৈরবদি – আয়াঙলৈ মানা থোমও, মারোক চুপথোকপনে।

অপোম্বদা চিকখায়নবা

লাফেই মকুগী উংনে, থুমনে, সুনুনে অহুম্মা মাচিন্দা থোমও।

অপোম্বগী হিদাক্তি – চুহিনে, হিদাক মনানে, ঘীনে, কুমশুনুনে, থুমগা মঙামক থোমও চিকখায়নবনে।
অমসুং কুমনংপীচাকনে, ঘীনে, শুদুনা থোমও।

অপোহ্না

মেজুকনে, উরীকাং মারুনে, উসিংসানে, যাইঙুনে অসি কুপ্পা তরুগা অপোহ্নদা চাইও পুমকং কংবনে।
নাই লৈরবসুও পোকখায়বনে। অপোহ্ননা চীকপা খাঙবা ওমদরবদি লৈসানম মারুনে, চুহিনে তৈও।

অপোহ্না (ত্রকশীরাগী হিদাক)

হিদাক মখলশিংদি :-

মৈনা পোকপা অমসুং অপাংপা কংহনগে হায়রবদি শামু লহ্বেল, মিশি, কড়ি, নুংশিল অশংবা চেং মচংগী প্রমাননে, লুপাহিদাক কবোকনে, নিম, কয়লা, রসশিন্দুর, রস কপূর, কবোখজি পুন্নমক তিন্নদুনা য়ান্না তরুগা নোংমদা অনি অহ্মলক তৈবিউ। মচুম চিংবনি, অপাংপা অমসুং মৈনা পোকপা থুনা কংবনি।

রস শিন্দুর, রস কপূর, বস মনিক, মুদ্রাশং, শিক্রিক, কেলমিংভম্ম পুন্নমক তোলা মাম্না তরুগা ধী খরা হাপুনা তোংনরগা যুৰীথাও খরগা থাও অহিংবা খরগা হাপ্পগা খজিক্তনা নম্ববা তৈরগা খুংনা য়ান্না নানবীউ। অমুক অনিরক তৈবদি অনাবা হৌবনি মতুংদা কংবনি।

হঙ্গামথাও অশেংবা, ধী পরা অমা, য়েনখং খবা, চিরাইটা খরা, নিম মকুপ, হিদাকম্না অয়াকপা, রসশিন্দুর, রসকপূর, মৈতৈ য়াইঙুং, ইরুম কৈরুম মহি, পানামনা মহি, শগোলহিদাক অঙৌবগী মহি ঠৌরগা তৈবিউ। অপাংপা অপোহ্না নুংশিং খোমজিনবনি, মচুম চিংদুনা অপোহ্না ফবনি। শরু মনুংদা নুংশিং চঙদুনা লৈবা পুন্নমক থুনা ফবনি। ফদিদা লুপ্পগা থোহ্নীউ নাই থুনা চাবনি।

হঙ্গামথাও সের মখাই অমদা নোংমাংখা মনা, য়েনখং, চিরাইটা, নিম মকু ঠৌরগা থাও অদু চুমথোজুনা অপাংপা অপোহ্নদা তৈবিউ। নাই থুনা চাবনি, য়ান্না থুনা কংবনি অমসুং ফুরি থুনা ফবনি।

কেজু, খরি, হিদাক মনা, কপূর, তিলহৌ ঈশিংদা প্ প্ লাওনা নোইরগা মৈদা লোপ্পগা অনাবা মফম অদুদা তৈবিয়ু। নুমিং মরি মঙানিদা ফবনি।

কাস্বীইর মহিগা রস কপূরগা তিন্নদুনা কংলা তৈরা তৌ য়ান্না থুনা হঞ্জিনবনি। চিঞ্জাক্তি মোরোকচিংবা উতী ইরোনবা চাবীগনু।

ঘীদা লোং মপাল মরি মঙানা তকখাইরগা পানা মনাদা তৈরগা থোমদুনা থস্বীয়ু। ফি অমনা পুপ্পগা হঙ্গংনা খরাংদা পুন্দুনা থস্বীউ। নুমিং তরুক তরেংনিদা থুনা ফবনি।

অপোহ্নগী মক ফুকে অমসুং মচুম চিংগে হায়রবদি সমংখার, তেংনৌ মখোম, খরি, কপূর তোলা মাম্না তরুগা তেংনৌগী মখোম মহি খরা লাংলপ্পা হাপ্পগা ফদি মচেং অমদা তৈরগা নপুনা থস্বীউ। মচুম য়ান্না চিংবনি অমসুং খরা শাবনি।

অপোস্বা থুনা নাই চাহানগে অমসুং হঞ্জিনহনগে হায়রবদি কুম শুনু য়েকুমগা তোৎনরগা থোম্বীউ থুনা ফবনি। অঙ্গোৎ মখোম ফদিদা হাপুনা পুন্নাগা থোম্বীউ। তেংনৌ মখোম থোম্বা ফৈ। যাংঙৌ ফদিদা লুপুনা থোম্বীউ। অপোস্বা পুম্মক নিংবা থুংনা ফহনবা গুন্নি।

খোই মছমনচিংবা অপোস্বাগাদি – অশিখোই মছমগা খোই মছম অহাস্বগা কুপ্পা তরুগা ঘীগা তিনশিল্লগা তৈয়ু পোমগংনগনি। নাই লৈরবদি মচিন খাকনা তৈয়ু। হেন্দোকপা চাওথোকপা তৌরোই থুনা ফৈ।

শামুগঙা মচী তরুগা, গোপীচন্দান, ফদিগোম শুগাইরগা থোম্বু। উরিংসু ফৈ। নিংখৌখোংলি মনা মৈদা য়াইরগা অরাথবী অমুনবদু খোইহিগা শাহল্লগা থোমদুনা চছই মনপ নপউ। শঙ্গোম অফস্বা খোইহিগা থোম্বু ফৈ।

তুমনিংখোক মরুগী মহি তৈয়ু। মৈতৈ য়াইঙং, চনম, মৈতাল শুরগা শলগী ঘীগা থোম্বদা খৌরি চাওথোকপা, অথিফম (তুরুম) চাওথোকপদা থোম্বু কান্নৈ। মনা হিদাক, চেংক্রুক তিংখংপানবা মরু শুগাইরগা ঘীগা লিল চৈশু শিল্লগা য়েকুম মমুংকা সাপোন শুনু য়ান্নদুনা থোম্বু। শগোল হর্রাই মরুপ চুহিগা, তেলহিদাক অঙাংবা, হোংঙু অমুবা, কুমশুনু শুগাইরগা, য়াইমু, লৈহৌরা অমুবা মরু তরুগা তৈয়ু। উচিশুন্মল, য়েনপং, শগোলহিদাক মনা শুগাইরগা খোইহি লফোই তোৎলগা থোম্বু।

লমথবী ফুল্লগা হিগা য়ৈয়ু। তন্দন মনা গু অতেকপগা থোংদুনা চাও। তেবা পাইবী মনা ফুল্লগা হিগা য়ৈয়ু।

মেক্রুন্কা থাওগা লোল্লগা হৈবীমনা কেগে মানবী ফদিগোম য়াইঙং খোইহি শুগাইরগা থোমগনি।

হনুরৈ মনা, উচিশুন্মল মনা, মুকথবী মহি থকউ। শুনু থাও তৈরগা মৈ য়াইবা ফৈ। কুথাপ, উহন, য়েনখং, কোক্ল মহি পিথকপা তৈবা য়াই। অয়ুক য়াহৌরকপগী তিনখা তৈয়ু। লফু মরুগা থুমগা থোম্বা ফৈ। শুনু, কবোক অফাবা, খোইহি, লফোই তোৎলগা থোম্বা ফৈ। লাই চাংখং, লাইখুং, লাই উতোং, লাই কারোংহৈ, লাইকি ফুল্লগা থকউ। থাউনম মনা ফুল্লগা থোম্বু। অঙ্গোৎ মখোম, অশিহৈবোং মখোম থোম্বা কান্নৈ। লাংগ্রে মতোন ৭ কী মহি খরা হাপ্পগা পীথকপা ফৈ। মঙ্গা অঙাংবা চাহনগনি। লৈপুং খাংগা অচৌবা মচা শুগাইরগা খোইহিগা থোম্বু।

অপোস্বা খুদিংমকী মচীন খরা খারুা খোইহি তৈরগা উৎনিংখৌ চাইবা ফৈ। অপোস্বা মনুংদা নাই চাদুনা য়ান্না চিক খোৎলবদি ঈশিং এঞ্জাং শুরগা চফু চবোনগা থুমগা তোংতুনা থোমঙ। মচীন খিত্তং খাকও, য়ান্না চিংখত্তুনা পোকখাই।

অপোস্বগী হিদাক্তি – তেলহিদাক মরু তকপগী মহি, কৌক্র য়াই, অরাথবী মরা নোংপোক ওনবা, কবিরৈ মরা, উহল মরা তরুগা তৈয়ু।

অপোস্বা হেক হৌরকপদা শুনুগা থাওগা তৈরগা মৈ য়াইয়ু। অশি হৈবোং মখোম, অরাথবী, অঙ্গোংকী মখোম, মৈতৈ গামু মমৈ, কেক্রু মপ্রাম, তেলহিদাক মরু তরুগা নপকনি।

নোংলৈশং, অশি হৈবোং মনা, হৈয়াই মনা, সিতাফোল মনা ফুল্লগা থকউ।

পেরুক মহি, লম ইকাইথবী ফুংলগা মহিদু হিগা য়ৈয়ু।

লফোই, কেত্রু, উরোক শুস্থল, খোইহি, য়াম, নোংমাংখা মহি, ঘী, তিনশিবী মইহ থিৎলগা থোম্মু।
নোংলৈশং মনা ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু। হৈবী মনা ফুংলগা থুমগা থোম্মু। তিনশিবী মরুগী মতোং, কাংখিনগী
মতোং, উশিংশা, মেত্রুক, য়াইঙৌ তিল্লগা খোইহীগা নপুনা থোমউ।

অপোম্বগী হিদাক্তি – চাকোংলৈ মরা, কাকথবী মরা, কুম্ভবীচাক লীনাইবা, য়োং অহিংবা, ওক ময়া,
য়েন্নখং, থুম অচুম্বা, হক্কী ঈশিংগা মৈদা লোলও তৈও ফৈয়ে।

অপোম্বা (য়োংলাই অপোম্বা)

উশিংশা, চামেল, থুম অচুম্বা, চানম অরিবা, কুমলংপিচাক লীনাইবা মহি, খুনু মথি, হানু খুংলাম
মহী, মরোকসি মহী, কেকে মালগী মরু থিচিক ৯ মা অসিনা তক্তনা য়োং লাই অপোম্বদা তৈও নাই চাবনে।
অমদি য়েন্নখং মহী, হাকথি খলবী মহী, উশিংশা অকুপ্লা ৩ মা চপনাবনে। চিঙফাৎনবা হিদাক্তি – অঙোম
য়েনশিলবু মৈদা লৌও। থুমগা তোভুনা মচিন্দা থোম ও চিঙফাৎপনে।

চপনাবনে - চপখৎনবনে, চুপখৎনবনে। চিঙফাৎনবা - কায়নবা, চেখায়নবা।

অপোম্বা, ধাতু নাই তাবনচিংবা

হিদাক্তি – হৈমাং মকুপ, য়েরুম, মরোই নাকুপ্পী তল হৌরগা চারবসু অপোম্বা, ধাতু নাই তাবনচিংবা
ফবনে।

হৈমাং মহি গিলাস অমা য়েরুম অহিংবা অমগা য়ান্নরগা নোংমগী অমমম থকউ। ধাতু নাইতাবা,
তাকিগী লায়না কোকই। অহম মরিরক থকপদা ফবনে।

অপোম্বা নাই চানবা

কেত্রুগী মনপ তৈরবদি অপোম্বা খুনা নাই চাহল্লি।

অপোম্বা মচীন নাইদবা

মোরোক মশিঙ্গা ৩ খামেন অশিনবা ৩ থুম খরা তিন্না অচিকপা অশাবা মচীন নাইদনা পোম্বদা
থোমও ফবনে।

অমদি পুংদোন মতোল ৩ নুংশা হোন্দনা হেকপা, মুকপ্ৰবী মতোল ৩ নুংশা হোন্দনা হেকপা, খামেন অশিনবা মতোল ৩ নুংশা হোন্দনা হেকপা অদু ফুংলগা পিথকউ অনাবগী ম্হ হাংনবনি। চাবা থকপা লোইরগা থুম খরা চাহল্লু।

অমদি ফরাংজি লাইনা নাবদি ফরাংজি মচেং খরা ঈশিংদা নৈখাইরগা খোমজিল খোমজিল তৈমু। মচীন নাইদনা খৌরী নত্রগা হকচাংদা চিরিরি চেমা পোম্বা অদু মিশিনে ব্রজনে তরুগা খরা পিথকউ খরা তৈমু।

অপোম্বা পোকখাইনবা

খুনু মথীগা খারিগা মচিন্দা থোমও অমসুং ঘী অনৌবগা সিং মথীগা তিন্দুনা তৈও ফবনে।

য়েন্নখং, হিদাক মনা, যাইঙং, মোরোক, ক্লা অপুম্বা, পানা মনা, থাওনম মনা অকুপ্লী মনা ফংদ্রগা মরু তকখায়দুনা ভৌও, পাত্র অমদা হাপুনা থমলগা নাই চাবীদবা পোক খাইবা ওমদরবদি কেগেমানবী মরু ৩০/৪০ মরুম তকখাইদুনা ভৌরগা তৈয়ো নাই চাবনে।

অপোম্বা চপখৎনবা – ইকুম কৈরুম মহীনে কেগেমানবী মরু অনী অহুম তকখায়দুনা ভৌরগা তৈও ফবনে।

অপোম্বা হঞ্জিনখিবা ফুদোক্লবা – য়াভৌনে ডামু মসিংখানে, ব্রাহোং মতুনে থকউ ফবনে।

অপোম্বা শায়োন চোংবা ওমদরবদি – মেত্রুকা শরুক ১ ঘীনা শরুক ৩ তিন্দুনা মৈদা লোল্লগা শমগী তাঙ্গোই খরা হাপুনা ফদিদা তৈদুনা নপও চোংখৎপনে।

অপোম্বা কায়নবা – করবীর অঙৌবা মরা তক্তুনা তৈও কায়বনে।

অপোম্বা নুংগী হিদাক হায়গে – মিসি মরু সৈচাক মকু অনীমক তক্তুনা পিথকও ফৈয়ে।

অপোম্বা নাই চিংথোক্লবদি – ডামু মমৈনে, খুজিন খেংথবা মকুপকা, ফৌ মরু অমনা পোকপা কবোক্তা তোংলগা নপও ফৈয়ে।

উরীকাং মনুংগী মতোংগা চানমগা শুরগা থোমও কংশিনবসু ওম্বনে। নাই চিংথোকপসু ওম্বনে। খোই ম্হমসু লাইনা ওম্বনে।

খোঙ খুং অপোম্বদা আকাপ্পদা – ফদিগোম মরু, পাখোল মরু, কাংকোন মনা, মরোকশি, হংকাম মরু, চামত্রুক মরু, লায়ু লামাং অপুম্বা ৭ মা অসিনা সুদুনা অপোম্বদা থোমও।

তুমপক তুমপক চোংলবদি – লিলচামহৈ মথী, থুম, মোরোক অহুম অসিনা তৈও। থোইদিং অমুবগী থাও, চেং, তিংখৌ মতা (মরি), নুঙ, যোং মঙামা অসিনা তক্তুনা যোংলাইদা তৈও।

য়েন্নখং অপোম্বা মখাদা তৈও। অপোম্বা অমদি য়াভৌ তৈও।

যুমচি ৪ মাগী ই-কা লৌও, চিথেক ৪ মাগী পাইর লৌও। খোম মাচেং য়াও-ও, ফনেক মাচেং য়াও-ও ৪ মা মৈদা ইক্তনা তাঙ্গোই ওইহন্দনা মখু-উদা থোমও।

খোম মাচেং – খোমক্রম মচেং, তুমপা মচেং।

অপোম্বগী রা হায়গে – তয়াল অঙোবা তৈও। অমদি কুল্পপিচাক তৈও। অমদি লাইবেল মশিংখা, চাহ্ই মচি ২ মা তৈও। অমদি থৈখানে, মরোকসি, কুল্পপিচাক মহীনা তকও, নোংশাদা থেকুম লাংচিলহল্লো অদুগা তৈও। অমদি মাকে, মরোকসি কুপ্পা তক্তনা সারামথাওগা তৈও মাঙবনে। মাঙবা ওমদ্রবদি নাই চানবা চপখৎনবদি, কাং মরুনে, উহল মনানে, থুম অচুম্বা কুপ্পা তক্তনা ৩ মানা চপখৎপানে। মাহক তৈনবদি চামেল অহিংবা, সিংখা মরু অরিবা, খুনু মথি, হানু খুংলাম মহীনা ঈশিং ওইনৌও থুনানাইচাবনে। অমদি সিংখা অকংবা উশিংশা, উচিথি, পাখংবা উরী, কা মরা, মরোকসি মহী অসিনা য়োংলাই অপোম্বদা তক্তনা তৈও।

হৌজিক্তি মি কাবা ঙারুবা – উরোক সামল মহী, কেফ্রু, উশিংশা, নোংমৈ তাঙকোই ৪ মা তক্তনা মথক্তা হাপও।

বাগী নঙবা অপোম্বগী লাইনা খুদিংগী হিদাক্তি :-

খোইরু তোলা ১, সাপোন মকুপ তোলা মখাই ১, হঙ্গামথাও তোলা ৫, মেত্রুক তোলা ১, হায়রিবা পোৎশিং অসি মৈদা লোল্লগা মোলোম শেমদুনা ফি অপাবদা তৈরগা থোল্লবদি নাই পোকখাইরকই। অদুগী তুংদা ইতন্তুত্তনা থোল্লবদা অনাবগী মচুম চিংথোকই অমসুং হকচাংগী শয়োল চিংখংলি।

অপোম্বা ওইরকপগী মরমশিংদি হকচাং মনুং শেংদবগী ফত্ত হৌদি মপাম্দা পুথোক্লবা হোৎনবদগী অপোম্বা ওইরকই। নুংখিল তুম্বা, অহিং মিংশেল খাংবা, ফত্তবা চিঞ্জাক চাবানচিংবা ফত্তবা মরম ওইরকই। হুমাং থোকহন্দুনা খোংহাম্বা ঈশিং চৎপনচিংবা লিকহল্লোইদবনি। অপোম্বগী ইরিবা হিদাক ময়াম অসিদগী অমা অনিদং চিনফা পুরগা চাং নাইনা শিজিল্লবীয়ু।

অমাংবা থিংদনবা

বনাবসী চিনি পরা মখাই অমা কিসমিস ছাটাক অমা, সোনা মুখী ছাটাক অমা য়াম্বা কুপ্পা তরুগা পুম্মক তিন্নদুনা গুলি বোরোই মচামুক চাওনা তারগা অয়ুক অয়ুক চাবিউ অমাংবা থিংদবনি, মপুংফানা চৎপনি।

অমাংবা লিকপা অমসুং নুংশং

লাইওং – শৌজথোং মনুং মপাম্দা পোমখংপা, তোংথোজুনা নত্রগা হরাই মঙ্গল মরু মরুম চাওনা চোংথোকপা অদুবু নুংশং কৌই। করিগুম্বদসু খুবি মরুম চাওবা খোং হাম্বদসু থোরকই। খোং হাম্বদা ঈ-য়াম্বা তাবা, শৌজথোংদা শাবা, মরেং মরেং চৎপা, হাক্কচবা, নিংদু অনি ইলুম লুম্বা অসিনচিংবা তৌই। নিতিগী খোং হাম্বগী হকচাং শেংদোকপদা খুং ওইগী খুংনাওবীগী তাং অমা তংখাই ফাওবা লৈবাক তৈদুনা শৌজদা থিংজিল্লদুনা শেংদোকপা হায়বসি য়াম্বা কামৈ।

হিদাক্তি — রক্ত চন্দন, শাবল মরিংখা (চিরতা) শেস্বাং কাওথুম, উ নাপু, উশিংশা, চরোং মরা, নিম পান্দিগী মকু তিন্নরগা, তোলা ২ ঈশিং সের মখাইদা ফুংলগা ছটাক অমতা লৌদুনা অযুক্তা অমুক নুমিদিং অমুক থক্লবদি ঈ তাবা নুংশং ফৈ।

থোইদিং অমুবা তোলা ৪ দং মকু খোজুনা চারগা ঈশিং অইংবাখরা থক্লবদি নুংশং ফৈ, যা কল্লি, হকচাং নোই।

পেরুক সের অমা চফু অমদা ঈশিং সের অহুম হাপুনা কেগাম অমা মখুল খরা ছুংলগা খুমদুনা মণ্ডক অদু লৈপাক্লা তৈদুনা সোলানা য়েংতুনা মহি সের অমতা ঙাইবা ফাওবা ফুংলগা থাংখরগা খ্বাংদগী থোংফাওবা ফিনা য়েংশিল্লগা সোলা অদু লৌথোজুনা মনিল অদু শৌজথোংদা য়েইনগদবনি। অসুম তৌনা নুমিৎ ৩ নি তৌরবদি নুংশংগী ঈ তাবা, অমসুং য়েকপা ফৈ, থোং হাম্বসু নুংঙাই।

অমাংবা লিকপা অমসুং নুংশং

মনাই ঘীদা ঙৌরগা তোলা মখাই, উচিখি মকুপ চংনিং ১২ গা চিনিগা তোতুনা চারবদি নুংশং অমসুং হকচাং য়ান্না ফৈ।

থৈবোং মকুগী খরী লৌরগা গোরচনা মহিগা (ঈশিংদা নৈখাইরগা) য়ান্নরগা তৈরবদি নুংশংগী তিন শিদিদা তাই। নোংমদা ২/৩ লক তৈগদবনি। তৈবদি খুনাওবিদা তৈরগা থোং মনুংদা তাং অমফাওবা থিংজিল্লুনা তৈগদবনি।

ওল মরু (লেম্ফু) অদু লৈপাক তৈদুনা লৌবগা নিংখিনা মুল্লগা থোইদিং অমুবগী থাওগা সৈন্ধব লবনগা য়ান্নদুনা চারবদি নুংশং ফৈ।

অমাংবা লিকপা নত্রগা ধাতু নুংশং অমসুং চাক তুমদবা লাইনাগী লাইওং অহুম অসি কাইদা অমতনি। চাবা মতম নাইদবা, অহিং তুমদবা, নুংশাদা চংপা, নেশা চেনবা পোং চাবা থকপা, থবক অরাবা ইশ্ত শুদবা, ইখং খংহৌদনা, অরাবা অকিবা নংবা অসিনচিংবদগী লাইনা অসি পোকই। নুংশং থুংবা মীদি হায়রিবা অসি তৌদনবা হোংনগদবনি।

অরাক অখং

অরাক অখংদি — শুমাই য়ুমজি ৪ মদা চেং, য়েকুম থাও, হৈ লৈ থাও ফয়ে। হিদাক্তি — ওইনা লৈবা পরৈ, লাইগী লৈপাকসুং, য়ুমনিঙ য়ুম্মাঙগী লৈপাকপু তীল্লোক মহীনা তোংতুনা ইহমদা উংতুনা তৈও ফয়ে।

অরাক অখংবদি — লম্বীদা তাঙম্বা লীকপু নুঙদা তক্তনা তৈথৌও। য়ুমচি ৪ মক্কী পরৈ পৈয়ানে, খাঙলাবু ৩ মাগী উচেংনে মৈদা ইক্তনা হৈবুং মহীনা তোংনা তৈও ফবনে। অমদি ফকচেংনে, শিং মহীনে, হংকামথাওনে ৩ মা তোংনা খুদোলদা তৈও ফিনা য়োমও।

অরক অখংগীদি – সুমাই য়িলখালফমদা চেং য়েকুম হৈ লৈ থাও।

হিদাক্তি – ওইদা লৈবা পঠৈ লাইগী লৈপাক য়িমিঙ য়িমাঙগী লৈপাক তীল্লোক মখীনা তোংতুনা য়িহলদা উংতুনা তৈও ফৈয়ে।

অরাক অখংদি – শুমাঙ ইলখালফমদা চেং, য়েকুম, লৈ, কোনয়াই, হৈরুক য়াওনা নিও। হিদাক্তি ওয়না লৈবা পঠৈনে, লাইগী লৈপাকনে, য়ুমনিঙগী লৈপাকনে, তীল্লোক মখীনা ঈশিং ওইনা পিথকও। ইহমদা উংতুনা অনাবদা তৈও ফৈয়ে। আতীলপাল শোলও, য়াখংবালোয় শোলও।

অরুম

অরুমগী হিদাক্তি – পুংফাইনে, য়ুমথক্তা হৌবা নাপী অসংববু থাঙসা নুমিত্তা লৌও। তুলসী, মোরোকসী, লপকাং তক্তুনা মিৎতা হাপও। য়াইঙঙ, ওকহিদাক, সিংখা, কুন্সংপীচাক মরা, চনম, মঙামক চাকচামাঙদা চাও অরুম ঙ্মনে।

অরুম অপুহ্না

হিদাক মখলশিংদি :-

উরিকশিবি মনা মহি তোলা ২ খোইহিগা পিথক্লবদি অরুম অপুহ্না ফৈ।

চরোং মরা, রক্ত চন্দন, নিংখৌ খোংলি, ফদিগোম, শিংখা অসি তিরদুনা তোলা ২ ঈশিং সের মখাইদা ফুংপনা ছটাক অমতা ঙাইরগা থাংখদুনা থক্লবদি অরুম অপুহ্না ফৈ। নোংমদা অনিরক থক্লবনি। মসিনা নোংমা লেপ্পগা হৌবা অরুম ফৈ।

নোংমাইজিং নুমিত্তা খুজুম পেরে মরুলেস্ফু ৭ তং লং অঙাংবনা লেংদুনা স্বাংদা পুন্সবদি নোংমা লেপ্পগা হৌবা অরুম ফৈ।

হৈগ্রম্যান, উচান, মন্যাহি, নোংমাংখা, শিংখা অসি য়ামদুনা তোলা ২ ঈশিং সের মখাইদা ফুতুনা ছটাক অমতা লৌদুনাথক্লবদি নিনি লেপ্পগা হৌবা অরুম ফৈ।

অরুমগী হিদাক্তি – কেকে অঙাংবা মরাবু নুমিৎ মচেং পাংমা উবদা ফুকও। কবো মুরোকসি ২ মা পিথকও ফৈয়ে।

অরুমগী হিদাক্তি – হংকামথাওনে, কেকে মালবীনে তৈও, খোঙগী খুয়াদা।

অরুম খুলাই

সিংগারৈ মতোল ৭ তং নুংসা হোন্দনা হেজুনা কুপ্পা সুরগা গুন ২ তরুগা হাপও। তংখাই অমদি হন্দোকখো, ঈশিংদা নৈখায়দুনা থকও ফবনে।

অমদি কোইনিংগা মচাফোরগা, চিরাইতা কুপ্পা সুদুনা তিল্লগা খরা খরা লফোইদা য়োমদুনা য়োংহল্পু ফবনে

অরুম

অরুমগী হায়গে — ঈশিং তাং ২ দা থুম অমা তংখাই তিংও অদুগা পিথকও। মতুংদা ঈশিং শানা লুমদুনা পিথকও, মতুংদা লফোই পিজৌ-ও।

অরুম নিঙুনা হৌবদা

হৈখাগোক মনাগী মহি তোলা ১, শিঙ্গাবৈ মনা মহি তোলা ১, পানমনা মহি তোলা ১, হায়রিবা মহিশিং অসি তিন্নরগা থরুমদাই খুদিংদা খোইহি দ্রোপ ৫/৫ হাপুনা নোংমদা তোলা ৩/৩ থরুগা ফৈ।

নিম মকু মহি তোলা ১, নিংখৌখোংলি মহি তোলা ১, শিঙ্গারৈ মহি তোলা ১, শাবল মরিনখা (চিরাইতা) মহি তোলা ১, লিনহাব মহি তোলা ১ পোৎশিং অসি তিন্নরগা থরুমদাই খুদিংদা খোইহি দ্রোপ ১০/১০ হাপুনা নোংমদা তোলা ৩/৩ থরুবসু ফৈ।

যেন্নখং, বক্ত চন্দন, শেন্নাংকাউথুম অসি ঈশিংসেব অমদা ফুৎপদা পৌরা অমা লৌবগা থরুমদাই খুদিংদা খোইহি দ্রোপ ৫/৫ যান্দুনা নোংমদা তোলা ৩/৩ থরুবসু ফৈ।

অরুম

য়ান্না পিকপা মহিক জাং অমনা অনাবা অসি শন্দোকই। এনফিলিস কৌবা কাং জাং অদুনা মীগী মশাদা চিঙ্গা মহিক অসি শন্দোকই।

লাইওং — ম্যালিরিয়া হায়বা অরুম অসি অহানবদা ইখঙ খঙহৌদনা কন্না হৌরকই, অদুদগী ওাইহাক লৈরগা অরুম থাদোকই, নোংমা নিনি লৈবগসু অমুক হৌরকই, করি করিগুন্মদসু নিতিগীসু হৌই। অরুম হৌরমদাইদা কোক চিক্কল্লি অমসুং তু চুংই, অয়ান্নদদি নিঙুনা হৌই অমসুং অকম হৌবা মতমদা যান্না শাওগংলি, চাকই, ঈশিং খৌরাংই। অরুম থারগা হুমাংসু যান্না শৌগল্লি। কনা কনামগী অরুম অসি যান্না কনশিন্দুনা খুলাই লাইফাগুম তৌরকপসু যাওই; অরুম অসিগী মন্ কল্লবদি হাপ্তা ২/৩ ফাওবা হৌই। অরুম অসি নিংখিনা লাইয়েংবিদ্রবদি মতম কুইয়বদি পৈ অমসুং ফিরাক চাওখংলকই অমসুং হকচাং কংশিল্লকই। মিৎ হকচাং নাপু মাল্লকই। অদুগা মরক মরক্তা অরুম হৌই। অরুম অসি যান্না ফন্তবা মী শিগনবা লাইনানি। লাইওং অসি তৌরক্লবদি থিন্দানা ডাক্তর কবিরাজদা তামদুনা হিদাক চাদুনা কোক্লবা হোংনগদবনি। নত্রগা মখাদা ইরিবা হিদাক অসি তৌবা কান্নে।

হিদাক

অরুম হৌগদবা পুং ৪/৫ লৈরিঙৈদা শিক্ষাবে মরা তোলা মখাই অমা খুত্তা নোইদুনা ফি অপাবদা যোমদুনা তন্তুনা মনম নম্বা অদুগা মযোম অদু নাতোন মনাক্তা পায়দুনা মহি লিঙ্কা ২/৪ দং নাতোন্দা চিশিল্লবদি য়ায়া ফৈ।

নিম মনা নত্রগা নিংখৌখোংলি তোলা অমা, যেনখং তোলা অমা, শিং তোলা মখাই অমা, উরিকশিবি মনা ৫, শিঙ্গারৈ মনা ৫ পুন্না শুগাইবগা মহি লৌদুনা খোইহিগা অয়ুত্তা থক্লবদি ফিবাক তাব অরুম অরিবসু ফৈ।

এনখং তোলা মখাই, শেন্নাং কাওথুম তোলা মখাই, রক্ত চন্দন তোলা মখাই, ঈশিং সেব মখাইদা ফুংলগা, পৌরা মখাই অমতা লৌরগা ইংহন্দুনা খোইহি তোলা মখাইমকম যানশিন্দুনা অনিরক থোক্লা অয়ুক নুংখিন পিথক্লবদি নুমিং ৪/৫ নিদা শাওগৎপা অমসুং অরুম শোইদনা ফৈ।

অরুম হৌবদি তুলসি মনা ৭ মোরোক ৭ মেত্তুনা চাও। ফন্তবদি সন্দং মসিংখা থকও ফয়ে।

অকমদি কবোন্ধৈ মনা, উং ঙালু ফে হুক হায়না ইদুনা লংলা তরেৎনা মাওকতা কিবিও। অসিনা ওমদরবদি তুলসি মনা তরেৎ মোবোক তবেৎ মেৎখায়দুনা চাও। ফন্তহীকলবদি হৈ মসুং তবেৎথোক্লা খায়ও। নুমিং তবেৎ মাগী মমিং হায়না চাও। অসিনা ওমদরবদি শন্দং মসিংখা থকও ফৈয়ে।

অরুম অপুন্না

অরুম অপুন্না, অঈং অশুবা, মবৈ চাওনা নাবা, পৈ তাবা, হোপ তাবা, ফিবাক নুংখুম নাস্তবগীদি-উচিথিনে, গুনমবিচ মকুপ, ত্রিফল যামদুনা পিজৌ।

অশাবা কাবা

কামিনিকুসুম মনা ৭ তং স্বর থিংনা হেঙ্কগা সুদুনা থকও ফবনে।

তেজা মনা খুবাক্তা নোইরগা মমাই মমিং মশা অপুন্না তৈও ফবনে ইংবনে।

অশি অনা চাকখাওবা

অশি অনা চাকখাওবীগে হায়রবদি নাকথদা চফু ইরাল থোংও খাওলা মনা থাও। ঋঙলোইদবা থোং লাহোড়ুনা থালফমদা থাও। খারায়থোঙচীনগী নাকন্দা চঙলকও। তিংখং ওইরিবা খৈবিকনা পুন্মমও।

অহোরাই

অহোরাইগী হিদাক হায়গে – যেকম মমুৎনে, লৈসানমনে, চাকী চাগা, চবোন, হেস্তাক, চনম অসি মরি মঙারক তৈগনি। মাসিগী মথজা পুংতিংবী মনা থোমগনি। শুনু নোংমা তৈগনি। অদুদগী য়াঙৌনে, কবোখজিনে, লৈশৌপুংগী লৈশৌনে অহুম অসি তিল্লগা তৈগনি খঙও।

অহোরাইদি চুহি থম্বগী মনিঙদা লৈবা চিনি ত্রিফলগা পিজৌ ফৈ।

অয়েকপা ফায়বা

পেরুক মহী শুল্লগা ঈশিং অশেংবদা য়াল্লগা মৈদা শাহন্দুনা নোংমদা ৩ লক থকপা ফৈ।

অয়েকপগী হিদাক্তি চা মহীগা লফুথরোগী মচুমগাতিল্লরগা পিথকপা ফৈয়ে। অমনা গঞ্জা অফবা ফুৎলগা মহী পিথকপা ফৈয়ে। মেত্রুক তকখাইরগা পিথকপা ফৈয়ে।

ইঙখাবা লাই

ইঙখাবা লাই থোল্লবদি-লৈসৌপুঙ মতোলদা উচেকতো লুম ১, য়েনগী লুম ৭, লাফোই লাফাঙ ৭, কোনয়াই পু ৭, শেল ৭ থুম ২ য়াওনা চাপাল থাও। লাইশোলদি – লাই খৌরারেল ও নংদি সরালেম্নে শোলও। অসিবু হান্না খঙখাবাবদি ইঙখাবা লাই থোক্লোই। লাই য়েচীল্লবদি তীলহিংনে, সীংখা মহীনে, থুমনে অহুম্মা পীথকও। মচীন্দা ঙাওনা ফৈনা শোল্লবদি ইপু ঈ য়াওগুনো থাথোকও। লাইথোক থীরবদি হৈকারী, ফকফাইনে, ওইনমনে ৩ মা মৈদা লোন্দুনা ফৈবাক ২ মা মবক্তা থমনা ঙালও থোকপনে ফবনে।

ইঙকারী

ইঙকারীদি – ফৌমালবীগী চেং কবোকপু কুপনা সুদুনা খোইহী কাবরং অহিংবনা য়েনগৌনাও। কাবরং অহিংবদি মারী চিংথোকও, মচীন পুনহলকুনো। সাসী থোংনাং মহীসুঙ য়াও-ও। চাবদি – ক্রামালবীনে, কবো মোরোকসীনে, উচিখীচাও। ওক্লাও মচা অমুববু হাংতুনা-লানা য়োমদুনা ঈশিং ঈচুম তাবদা মতুপ ৭ তুপ্পা কোনয়াই পুমা হাপনা সোলও। লৈহোৎপাও, লৈনীনবও, নমৈবু তেমকুম তুম্বও, নংবু চাকচা পিবনে।

ইতোন ফাইবা

লাইওং – চনিংদা লৈথৎপগুম য়েকপা অদুগা ইতঙঙনা অঙৌবা লোকুম্মা অঙাংবা তোম ফাইবদুবু ইতোল ফাইবা কৌই।

হিদাক — পুক য়ান্না য়েকুবদি মনাই তোলা ১ উচিথি তোলা মখাই অমা নিংখিনা তরুগা ঈশিং অশাবদা নৈখাইরগা পিথক্কদবনি, নোংমদা অয়ুক নুমিদাং অনিরক।

নোংমা নিনিদা য়েকপা ফত্রবদি হৈগ্র অশংবা লৈত্রগা অকংবা পুং ৩/৪ দং ঈশিংদা তিংলগা নংনা তরুগা খোয়গী মাইকৈ মরিদা খরা থানা তৈরগা খোয়দা শিংমহি খরা শাহক্লগা লুন্সু লুন্সু শানা হাপ্পগা মিনিট ৬/৭ লৈরগা লশিংনা নত্রগা ফিজেন্না তৈথোক্লগা অমুক হাপ্পা অসুমতৌনা ৫/৬ রক তৈরগা হৈগ্র তৈবদু লৌথোক্কদবনি। মসি য়ান্না থুনা ফবা হিদাক্লি।

খোংহান্সা, ঈ খোংহান্সদা মেক্রুক অটৌবা মকুপ চংনিং ৪ তেরা মখোম চংনিং ৪ য়ান্নরগা শঙ্কোম অনৌবা ছটাক অমদা হাপ্পুনা নোংমদা ৩/৪ রক থরুবদি ফৈ।

পেরুক মহি য়াউম অটৌবা অমমম নোংমদা ২/৩ রক পিথক্কবদি ইতোন ফাইবা ফৈ।

হৈখাগোক অরৌবা মতোং ছটাক অমা চিনি তোলা ২ গা য়ান্নদুনা পিজরবদি তোন ফাইবা য়েকপা ফৈ।

খোং মহিলাংনা হান্সবদি শেন্সাং কাওথুম তোলা ১ ঈশিংপৌরা অমা মখাইদা ফুৎপনা ছটাক অমতা লৌদুনা নোংমদা ২/৩ রক থরুবদি খোং হান্সা ফৈ।

কফোই মনা অনৌবা তকখাইরগা তোলা মখাই অমা, শঙ্কোম অফন্বা (খোংগা) য়াকাবী থাদুনা নৈরগা অনৈবা অদু য়াউম অটৌবা অমদা হাপ্পুনা নোংমদা ২/৩ লক পিজরবদি ইতোন ফাইবা য়েকপা য়ান্না থুনা ফৈ। অনাবা অদুনা লাইহৌ য়ান্না তৌবা জাং ওইরবদি পিজরোইদবনি।

ইপাই

ইপাইগী হিদাক্লি — লফু লামাংনে, উচাল মচিগা তক্তনা লাইবক্তা তৈও ফবনে।

ইপাই থীফাই ফনবা

শিংখা মহীগা থুমশেংগা নৈরগা থকউ। ফৈ।

এনম নাকুপ্পী মহীগা থুমশেংগা থরুবসু ফৈ।

হেনৌ মকু হঙ্গৎনা খোক্লগা মকুদু শুরগা মহী লৌরগা চেংহি মচিনগা নৈদুনা থকপসু ফৈ। চিনিঙৌগা চম্প্রা মহীগা য়ান্নরগা থকপসু ফৈ। পেরুক ফুৎলগা খোইহিগা য়ান্নরগা থকপসু ফৈ।

মথক্কী হিদাক্লি অসিগী চন্নফমদি থী য়ান্না ফাইবা, ইপাই থীফাই তৌবা, ধাতুগী থীফাই অসিনাচিংবা য়ান্না কন্না নাবদা থিংনবনে। হিদাক থাখিবা তুংদা চাক অশাবগা থুমগা তোৎলগা চারবসু থী ফাইবা থিংবনে।

ইপাইনা নাবা

ইপাইনা মায়া চিক্লা নাববদি – লাইকি, লাইহিদাক, উরী অচম্বা মবিমা ফুংতনা থকও। উ-উতোংসুও
য়াও ফৈয়ে।

ইপাইগী অমদি – লৈপাক পোংথানে, ঙামু অচঙবগা থোংদনা চাও। ১ দি মা ৭ নৈখায়দনা পিথকও।
১ দি থরোই মহি কোক্তা তৈও ফৈয়ে।

ইপাইগী হিদাক

লাইকি, লাইহিদাক, উবী অচম্বা, উচাল, পুথাপ, লম্মুক মকু, মৈতৈ লিলপু, য়েল্লখং নিপানমক অসি
ফুডুনা মহী তৈও। ফৈয়ে।

ইপুম

ইপুমগী হিদাক্তি – কেকেমালবী মনানে খবীনে অনীমক চফুদা মৈখু তানা ঠৌও।

ইরাই খোংলাই

ইরাই খোংলাইদি – নুপীগী ফনেক, ইলমচেং, হৈবুং মহীনা তোংনা তৈও নলথোকও। ঙাচক
খোমমোন, ঙাখা ঙাজিং, হৈকল লাকন, চেং হামুক যাইঙঙ তৈবা কোনযাই য়াওনা ইরাই লৈমা নঙগীনে
হাযনা থাও ফৈয়ে।

ইবাই খোংলাইদি – নুপীগী ফিমল মচেং, ইন মচেং, অনীমবু হৈবুংনা মহী ওইনা তৈও। নম্বোয়বগা
ঙা অচঙবা অমবু য়োমদুনা, হৈ মবম অছম, চেং, য়েকম, কোনযাই, ঙা অদু য়াওনা ইবাই লৈমা নঙগীনে
হনখিরো হায়না ঈশিংদা থাবমও ফৈয়ে।

পানা মনা মথোক তরেং চম্প্রা মনা খরগা মৈদা ফুংলগা তৈবা ফৈ। লাইওং – ইরাই খোংলাইনা
নাবদি মথা মথা, চবাক চবাক্লা পোমখংনা নাই হাক্কজৈ।

ঈ-ওবা

ঈ ওবা থিংনবা – উয়াংগন মনা ফুংলগা পিথকউ, ঈ ওদবনি।

ত্রিফল শঙ্কোম অনৌবগা থক্কবদি ঈ-ওবনচিংবা ফৈ লোক মঙামক ফৈ। ত্রিফল – মনাই, হৈগ্রু,
বাহেরা অছম্বা শেন্সা হিদাক।

য়াইঙং, তেখাও য়াইখু অনীমগী মহীদা কালচিরা তক্তনা হাপও। চম্প্রা মহীগা তোৎননা থকও। ঈ ওবা ফৈয়ে।

চাইফোরনে, শঙ্গোমনে, খেইহীনে, এলাইচীনে মরীমক তিন্দুনা থকপা ফৈয়ে।

ঈ ওনা শাবগী তোরম পুস্প মহীদা থুম খিত্তং হাপুনা পিথকও ফবনে।

খোংক্রম মনা ও নত্রগা ৫ ওইরবসু শুবগা মহীদা থুম হাপুগা পিথকউ ফৈ।

ঈ-কাবা

ঈ-কাবদি ত্রিফল – হোংঙু, তেখাও য়াইখু, পুঁলৈমালবী, কাংছ তিন্না ফুংলো লরাইদগী হৌনা য়ৈথও, কোকসু লুনৌ। লৈপাক কোলতোলসু ফুংতনা লুও। ঈনা পাইখংলবদি অঙাং মখোই, উহল মরা, থরোইপিজুপ মনা, মরা, হিঙ মরিমা তিন্নদুনা তৈও। থজিল যৌনা তৈও।

ঈ-কাবদি – হোংঙু, তেখাওয়াইখু, পুঁলৈমালবী, কাংছ সুদুনা ফুংলো। লরাইদা য়ৈথৌও, কোক লুও, কংফাল কোনতোনসু ফুংতনা লুও ফয়ে।

ঈ-কানা নাবা

ঈ-কানা নারবদি ওক হিদাকনে, উতং মানৌনে, লংমাইয়েনখা অঙৌবনে অছম্মা তোৎতনা কোক্তগী হৌনা য়ৈথৌও ফবনে। অমদি কাংগোল মনা ফুংতনা য়ৈথৌও ফৈয়ে। অমদি হৈ লৈরিবা খৈবিকী মনাবু শুস্বান্দা শুদুনা ফুংও, হৈবুং মহীনা তোংলো। ফিনা যোমদনা লুমবু লুমবু শাবনা হকচাং পুন্না য়ৈথৌ-ও।

ঈ-কংবগী

যুনে, গুন মক ও, লোংমপান অমা, এলাইচি ও, শাওম মশিংখা তিল্লগা পিথকউ। ঈ অকংবা ওম্বনি খঙও। নিংথৌখোংলি, এনখং লাবা, শিতামমিশ্রি ফুংলগা পিথকউ ঈ কংবগীনে।

ঈশিং কোংবোল লাই

চাকেমকা কোনথাঙ মতেক ১০ গা কোনয়াই পু ১০ গা যাওনা ঈশিংদা থাও। তরারক হুছাও।

ঈশিং কৌবা

ঈশিং কৌসিংপদি – খংমরা, তুলাসি মনা তিঙদুনা ফুংনা থকও। অমদি থিংঙেল থিংবা লৈপাক,

মখোঙগী লৈপাক ২ মাৰু ঈশিং চেম্বা হঙ্গনা শোকপগা তোংনা পিথকউ। অমদি পাখংবা লৈতোল, অসি খাঙলা, কৌড়াঙকোন, লৈখামগী তাঙকোই সিংখা মহীনা তোংনা খুয়াদা খুবাক্তা তৈও ফয়ে।

ঈশিং খাইনবা

ঈশিং খাইনবা হিদাক্তি নোংমৈ তাঙগোইনে অংকোংমনানে সুরগা খোইদৌ মখাদা থোমও ঈশিং খাইয়ে।

ঈ-খোম্বা

চুঙৌ মনা মঙা হাইতমদুনা ককউ, হৈনা কোন্দোন, চেংহি, উচান পুন্না ফুংলগা থকউ।

ঈশিং খৌরাংবা

ঈশিং খৌরাংবা ফনবদি – চেংপাক খুয়া ১ চাফর ১ কপূর মপুম ১ ঘীগা পোংলম ৪ অসি মুসলা তক্তুনা ফুংলগা পিথকউ ফবনে।

ঈশিং খৌরাংবগী হায়গে – কাং মরু তকখাইরো চুহীদা যালদনা পিথকও ফৈয়ে।

ঈশিং খৌরাংলবদি – খং মরা, তুলসী মনা, হঙ্গামথাও তীঙদুনা থকহল্লো। অমদি থিংলেন থিংবগী লৈপাক, মখাগী লৈপাক, ঈশিং হঙ্গনা চেনবা শোকও তোত্তনা থকও।

ঈশিং খৌরাংদনবা

অনাবনা ঈশিং য়াম্মা খৌরাংলবদি, ঈশিং অশাবা ইংহল্লগা শ্বেত চন্দন তরুগা তিলদুনা মহি অদুদা হোব খরা ফি মচেং অমদা পুন্নাগা থাদদুনা থস্বীমু। খৌরাংলবা মতমদা হোব পুন্নাগা থমলিবা অদু মরক মরক্তা চুপহনবীমু। ঈশিং খৌরাংবা ফবনি।

নুং তেজোং অমদা ঈশিং পরা মখাই অমা হপ্লগা হোব শুগাইবা অদু তোলা অনি থাদদুনা থস্বীমু। পুং অমা অনি লৈরগা নিংথিজনা চুমথোকপিরগা খোইহি নত্রগা চুহি হাপুনা অনাব অদু মরক মরক্তা খর খর থকহনবিরবদি অরান্ধা খৌরাংবা থুনা ফবনি।

ঈ-খুলাই পাখংগা

চাচন্দোমে, রাম তুলসীনে, কিহোম মনানে, পুন্নে অশংবনে, পেরুক মনা তিংখৌ অসি পুন্মকী মহীনা লবাইদা চরমদা চনীংদা তিংখৌ মতোমা চাইমু ফবনে

ঈ-খুলাই পাখৎপা হিদাক্তি — চা চন্দোন, উচাল মচি, লসিং মনা তক্তুনা লাইবক্তা চরমদা তৈয়ু ফবনে।

ঈ-গী

থরোইপীচুক, উহলনে চাও। অমদি থরোইপীচুক য়েমখৎ মনা ও, হিঙ।

ঈ-গী হিদাক

চা চন্দোমে, তেখাও যাইখুনে মহী চপ মামনা ওমদুনা পিথকও। নুপীনা মচা পোকপদা নাবা ফবনে।
ঈগী হিদাক্তে খঙও।

ঈ-ঙাওদনবা

মচাপোকপী নুপীনা ঈ ঙাওনা নারবদি — চিগোংলৈদা পকপা চাগী মহীগা লফু চংবীগী মহীগা তুল্লা
মামহল্লাগা মদুদা কালৈ খরা হাপ্পগা পিথকউ ঈ ঙাওদবনি।

ঈ-না চাওখৎপা

ঈনা চাওখৎপগী হিদাক্তি — চিংজগু, মোয়ুম, এনখৎ, খরি, কাইরং, ময়াংহিদাক মনা, লাল্লুকোক,
চেংকুপ, মরু মরাং, লফু লমাং, কাংছ, কালৈ অসি তিন্নদুনা তৈবদা ঈ-চাওখৎপা ফবনে খঙও।

ঈশিংনা চাওখৎপা

ঈশিংগী মরমদা — চেংগা, চুগিজাকী মশমগা তিংলগা থকপা চাওখৎপা ফৈ।

ঈশিং চৎতবা

ঈশিং চৎতরবদি — রাসানাই য়েনসাংনে, হাকথিখলবীনে, মুথ্ৰবীনে ৪ মা অসিনা য়াফমদা থোমও।

ঈশিং চৎনবা

অনাবনা ঈশিং থিংলবদি ঈশিং থোংদা কর্পুর মকুপ নমশিন্দুনা থহীরবদি মথল্তুনা ঈশিং লাকচবনি।
অদুদা লাকত্রবদি তোব্বোং মহিগা যবক্ষর, চিনি পিজবিউ লাকপনি।

ঈমল চৎনবা

চাবোকপনা ঈমল চৎনরবদা চৎনবা হিদাক্তি – রাইখুগী য়ামনে, লাল্লুকোক মহীগা তোৎতনা খোয়দগী চনীং য়ৌনা তৈথাও চৎপনে।

ঙাখা অতেকপা মহীগা তেখাও য়াইখু মহীগা অনীমা তিন্নদনা কোক্তগী তৈথাও খোঙ খুং অনিমা তৈখৎলো।

ঈ-তাকি

ঈ-তাকি হিদাক – সাকোল হিদাক মরা, অংকোং মরা, হৈককোকতোঙ মকু। অফিং হিংঙোলনে, অংকোং মরা, সাকোল হিদাক অনীমনা শক্ক অমা, হৈখাকোক মকুনা শক্ক ১। অতৈ মতিক য়েংনা হাপও। অসি খৈবিক তিলদনা হিদাক ওইনা থকও। মবাগীদি মখারম ওনবা ফুকও। নিংসা হোন্দনা ফুকও। অদু থক্লিঙৈ তবেৎনিদং ঙামু অকংবা চাগনি। ফিক থুম্মা চকপা হৈকুগী মৈতালনা থক্কনি।

ঈ-তুম ওরবদি

পুংফাই মবা শুবগা ঈশিংগা নোইদুনা মহি শুল্পগা থুম হাপুনা পিথকউ ঈশিং ওনখি।

ঈতোল ফাইবা

হৈখাগোক অশংবা মৈদা লৌবগা মনুংগী মতোং অদু চিনিগা চারবসু শুগত্তুনা মাংবা ঈতোল ফাইবা ফবনি।

শিংখা, মনাই, চুমথাং নমথিবি, হৈখাগোক অকংবা পুন্মক তিন্নদুনা ফুংলগা থক্কবদি ঈতোন ফাইবা ফৈ।

উচান, যোয়ান, ফদিগোম, ওকহিদাক পুন্মা ফুংলগা থক্কবদি ঈতোন ফাইবা ফবনি।

লোংমপান, যাইফর, লুপাহিদাকী কবোক তোলা মামনা কুপ্পা তরুগা চেংহিগা তিন্নদুনা থক্কবদি। থি ফাইবা, ঈ ফাইবা পুন্মক ফবনি। ঈতোনদি শঙ্কোমগা পিথকউ।

পাঙ্গং ঙমু লৈরৌগা শিংজু শুরগা চাও।

ঙাক্রা অমা ঘীনা মহী ওইরগা হিঙ খবা, মেথি খবা, মরোই মরম শুনা থুম মোরোক থাকুনা থোংদুনা পিজৌ ফবনি।

শঙ্কোম অনৌবা, জুবাকুশুম মনাগী মহি তুলা মামনা তিন্নগা পিথকউ ঈতোন ফায়বা ফবনি।

হৈখাগোক অদু কুপ্পা শুগাইরগা শঙ্গোম অনৌবা তোংলগা চাবিউ। ঈতোন ফায়বা ফবনি।

হরিখাগোক অশংবা মৈদা থাদোকপগী উৎ লৌরগা চিনি অঙাংবগা লোয়ননা চারবদি ঈতোন ফায়বা, লেংবা থিনবা থী ফায়বা যাদবা যাহল্লি।

শেঙ্গাং কাওথুম মহি য়াউম অমা লৌরগা খোইহিগা লোইননা থরুবদি ঈতোন ফায়বা ফৈ।

হৈনৌ মকু, জাম মকু অমসুং হৈক্ৰু মনাগী মহী চাং চপ মামনা লৌরগা খোইহি খরা হাপুনা হামেং মখোম নত্রগা শলগী শঙ্গোমগা লোয়ননা থরুবদি ঈতোন ফায়বা ফৈ।

খোংনাংবটকী মরী য়াহুরকপা অদু লৌরগা চেংহীদা হাপুনা শঙ্গোম অফম্বগা লোয়ননা চারবদি ঈতোন ফায়বা ফৈ।

পুংদোন মনা তবেং শুবগী মহীদা থুম য়াক্লা হাপুগা থকপা ফৈ।

পানা মনা ৭ কা শঙ্গোম অনৌবদা ফুত্তুনা চাইফোব ১ গা অফিং থিংতং হাপুনা তরুগা গুলি তাদুনা পিজৌ ফবনে।

ঈতোন ফাইবদি – উয়াংকন মনা শুরগা পিথকউ ফৈ।

ঈতোন ফাইবদি – লফু মরু কোম শানা হন্দুনা লৈরম্বা মহি অদু লৌবগা কবোখজিগা চাগা কুপ্পা তকখাইবগা পিথকউ ফৈ।

ঈশিং থোঙ থিংবা

ঈশিং থোঙ থিংনা নাববদি – নাইকলখিগা লাইউতোংগা অনীমা ফুত্তুনা পিথকও ফৈয়ে। অমদি উচোঙলোই ফুৎতনা পিথকও ফৈয়ে। অমদি ফদিগোম মরুনে পাখোল মরুনে, হোপ মরুনে, চামক্রক মরুনে অসিবু মামনা তক্তুনা পিথকও ফৈয়ে।

ঈ-না নাবা

শেঙ্গাং কাওথুম মরুনে, হৈ খাগোক মনানে, কাংখিন মরুনে তক্তুনা তিল্লগা লরাই লেম্ফুদা থোম্বু অদুগা চন্দ্রমুখি অনৌবা মনাগা ওমু অরৌবগা ফুংলগা পিথকউ। ঈ-না নাবা ফবনে।

ঈ-না চিকপা

তেখাও য়াইখুনে, চাহাও পোইরৈতোনগী য়ামনে, য়েৰুম মমুংনে নৈখাইদুনা তিল্লগা, কংঙ-তৈরা তৌরবদি ঈনা চিকপা, পংথবগী লায়না ফবনে।

ঈ নুংশিং

ঈ নুংশিংকী হিদাক্তি — হাওরৈ অঙাংবা ফুংলগা পিথকউ ঈ নুংশিং ফবনি।

ঈ নুংশিং চুম্বা হিদাক — করবির মবানে শরুক ১ কাংছ শরুক ৪ চারচন্দোল শরুক ৩ লাংথ্রে ২।
হায়রিবা হিদাক অসি তক্তুনা মহী লৌরগা শরুক অসি তুলা মান্না লৌরগা পিথকউ। মশা চাউখংপা ফবনি।

ঈ-নুংশিংনা কামখংপা

ঈ-নুংশিংনা কামখংলবদি খোমনবা হিদাক্তি — চফু অমদা খারীনে, সিংখারৈ মনানে অনিমা ফুংলো,
নঙনা লৌদনা তৈও ফবনে।

ঈ-নুংশিং কামবা খৈবিকতো — পুক চংহন-ও, হুমাং তংতনা লৌথোকও। চাক ঈশিং চাংতল্লা চাও
ইরোই ময়া নোংমৈ কোরী শন্দং মশিংখা তকও। অদুগা থকও ফেয়ে।

ঈ-নুংশিংনা চিকপা

ঈ-নুংশিংনা খুকউ খুতাংদা চিকতা পোমদা তৌববদি হনুবালৈ মনা ফুংতনা থোমও। তিঙদা লৈবা ঈ
নুংশিং অরিবা সংপা ওময়ে। অরুবা হিদাক্লে। সংসা। হ-ব-সি। রা অসিদি তিঙদগী ঈ নুংশিং অরিবা সংপা
ওময়ে। সাচেলদি-হিপ্পগা নিংসা থিংনা খোঙখুং ২ মা লেঙনা সোলও। হ-সিং-তিং। হা থা তেতু হলনা
তুহল্লকও। নংসু কোম্মা পোকয়ে, কোম্মা শিয়ে, ঐসু কোম্মা পোকয়ে কোম্মা শিয়ে। রা অসিদি হিপ্পগা উপনা
সোলও। খুংওই তিংথোকও মাইসু ওইরম ওনও। খুংয়েংনা খোঙগী খুতোল য়ৌনা লামও। খুংয়েং তিংথোকও
মাইসু য়েৎলম ওনও অদুগা সোলও। খুং ওইনা খোঙ ওইগী খুতোল য়ৌনা লামও। তিঙদা ঈ-নুংশিং
অরিবা চঙদনা লৈরবা সংপা ওম্মা অরুবা বানে।

ঈ-না চিকপা নুংশিংনা চিকপগী হিদাক্তি — হিদাকফু মহি তংখাই অমা, চেংমহি মচিন তংখাই অমা মহি
ওইবা। লশিং মরু খরা শুগাইরগা হাপ্পা, হৈবী অশংবা শুগাইরগা হাপ্পা, খোংক্রম অখাবসু হাপ্পা, য়েনখং
হাপকনি। মখুম চেংনা লারোন ৭ খুম্মগা মুম্মা ফুংকনি। মহি মনিল হংকং হংকং তৈউ, ঈ-নুংশিংনা চিকপা
ফয়ে খঙও।

ঈ-নুংশিংনা খুমিং খুদাং চিকপা

ঈ-নুংশিংনা খুমিং খুদাংদা চিক্লেবদি হাকখিখলবী ঙাংখা ফুংলগা খুজাইমক্লেদা লৌও। অচিকপা মফমদা
তৈয়ে খুনা ফৈ।

অমদি খাজিনে, হোংঙু কক্লামালবী মরু মুন্না ফুংলগা ২ মা তোংনরগা থুম খরা হাপও তোংলগা থোমও। অচিক অখোং পুন্মক ওময়ে য়ায়া ফবা হিদাক্লে।

ঈ-নুংশিংনা ঙাওনা নাবা

চন্দন তুলা অমা, রক্ত চন্দন তুলা মখাই অমা, তেখাও যাইখু তুলা অমা, কবীরে অঙৌবা মরা খুদেব্বীমুক চাওবা তাং অমরোম শাংবা, পুন্মকসি তকখায়দুনা তিল্লগা চনিং মকমুক চাওনা গুলি তাও। মাসিগী চন্নফমদি চাবোকপদা ঈমন লৈহৌদুনা, ঈ-নুংশিংনা ঙাওনা নাবা ফনবনে। ঈমন্না লাই শাদুনা মতুম ওইনা চেনখংপা কুমথোঙ খীংবদসু ফৈ। রিতুগী নুমিং হুমনিগী মমাঙদা পিজৌ। অযুক, নুমিংয়ুংবা, নুমিদাং য়াচংবদা নোংমদা অহল্লক চাও।

ঈ-নুংশিংনা চাইবা

ঈ-নুংশিংনা চাইবদনা – খোঙখুংপঙনা, মায় মিং মন্না নারবদি – চিঙচাকু মনাগা ঙাচিং অতেকপগা ফুংও, চাও, তৈও ফবনে।

ঈ-নুংশিংনা নাবা

ঈ-নুংশিং, ভুগতি চিন-লৈ, নাবা ফনবা হিদাক্তি – কর্পব তোলা অমা, পানা মনা তোলা অমা, জায়ফল মরু অমা, গুনমরিচ মরু কুনমাথোই, রোং মক তবামরি অসি কুপ্পা তরুগা খোইহি হাপুনা লশিং মরু মরুম চাওনা তাও। নুমিদাং তুল্লমদাইদা অমমম পিজৌ ফবনে।

ঈ-নুংশিংনা পোম্বা

য়েনশিন মহীনে চম্প্রা মহীনে, হংগাম থাওনে, খারিনে তিল্পুনা তৈও ফবনে।

ঈ-নুংশিং ফত্তবা

হিং, মরু মরাং, উচিটি, চনম, তিলহৌমচা, শিং পুন্না শুগায়রগা যুকোক অফবদা হাপুগা হাপ্তা অমা তিঙলগা নোংমগী গিলাস মচা অমমমতং থরুবদি, ঈ-নুংশিং ফত্তবা, ধাতুনা কোয়চেন চেপুনা নাবসু ফহল্লি।

ঈ-নুংশিং হাইকৎপা

ঈ-নুংশিং কোক্তা হাইকৎলবদি – ঙাচিং অতেকপগা তন্দল মনাগা সুদুনা খুবীদা থোমউ ফবনে।

ঈ-নুংশিংনা য়েকপা থিলবা

হিং, মচাফর, গুনমরিচ, হিদাকমনা তোলা চপ মামনা খোইহিদা তিংলগা কুপা তক্তুনা, হরাই কাশারী মরুম চাওনা গুলি তারগা অয়ুক নুমিদাং রাইরম পিজবিয়ু। হিদাক অসিনা ফবদি ঈ-নুংশিংনা য়েকপা থিলবা পুম্মক ফবনি।

উচিথি, গুনমরিচ, লোংমপাল, তেনহিদাক অঙাংবা মরা, শিং, কাংহ পুম্মক অসি তোলা চপ মামনা কুপহল্লগা, কস্তুরী খরা হাপুনা গুলি হরাইমঙ্গল মুক চাওনা তারগা নোংমদা অহমলক পিজৌ। ঈ-নুংশিংনা য়েকপা, থিলবা, কুমথোঙ থিংবা, তিংগং য়াংগংবা, নোংম নোংমগী চপশিল্লকপা পুম্মক ফবনি। থা অহম চাবা ওমলবদি হকচাং পুম্মক শেংই। ওমদ্রবদি থা অমা চাবীয়ু।

ঈপাই

ঈপাই হিদাক্তি – লাফু লামাংগী উংতা কালৈনা মহী ওইনা চুমও। অদুনা খুতোলদগী খুনীং য়ৌনা, খুতোলদগী খুতু য়ৌনা ৩ নি তৈয়ো। কোক্তগী ওকশম য়ৌবা ৩ নি তৈয়ো। থবাক নমগন্দগী নীংদু য়ৌবা ৩ নি তৈয়ো সুপনা ৯ নিদা লোইয়ে।

ঈপাইগী হিদাক অমদি – কাংকোন মনা মুন্না ফুৎলগা লরাইদা খরা খরা হাপও ফৈয়ে।

ঈপাইগী হিদাক্তি – অয়াঙলৈ মনা কুপনা সুরগা ঈশিংদা চামথোকও কংনা সুমদোকও। লৈপাক্তা সলতোকতনা খরা থমও। অদুগা লরাইদা থোমও ঈপাই ওময়ে।

ঈপাইনা শোং লাওবা য়াদরবদি – আগর চন্দ্রে, উচান মচিনে, লাই হিদাকনে তক্তুনা কোক্তগী হৌনা তৈথৌ খরসু পিথকও থুনা ফবনে।

ঈপাইগী চেংহী অনৌবা হস্তু মনা মুন্না ফুতুনা মপং লৌথোকগা কেগে অঙাংবা মনা হাপুনা ৩ লক ৪ লক শৌহল্লগা মনা লৌথোকউ। মচু ঙাংনা লৈহৌবনা ফুংফুং সানা মহী অদু কোক্তা তপ তপ য়ৌবীদুনা লুজৌ কোক্তা মিৎতা ঈ-কাবা থুনা ফবনে।

নুদীগী ঈপাইদা তৌনবদি – তেখাও য়াইখু, উশিংশা, চানম মরু ২, কুল ২, লোংপাল ২ চেংহীফুগী চেংনে, চুমপ্রে মরু ২ অসি খৈবিকনা থুখাইদনা তেখাও য়াইখু মহীনা তোৎতনা থবাক নমগল তৈও।

হাওচক মনা ফুৎতনা খরী নল্লা হাপুনা খোঙখুং তৈখংলো, হকচাং কোক্তগী হৌনা তৈথো ফবনে।

নুপীগী কোক ঈপাইদা – অমুরৈ মহীনে, চুঙৌ মহীনে অনীমা তিন্নদনা কোক্তা তৈও ফবনে।

ঈপাই থিফাইগী হিদাক্তি – লোম্বনে, উচান মচিনে ফুংলগা পিথকউ ফবনি।

ঈনা পোম্বা

উচান মচি ঈশিং অশাবদা হাপ্পগা নুংদা তরুগা লরাইদা হাপ্প। মায়-মিং, খোঙ-খুংসু তৈম্বু। ঈ-না পোম্বা, পাখংপা ফবনে।

ঈ-না পোম্বা খোঙ খুং চাফংলবদি – য়েরুমগী থাওনে, কালবীরৈ, ওকসা থাও তৈও। চাপালদি—পাং কোম মাঙনাপতা য়েল ১ কুপ্পা য়ানতুনা লশিংদা তোংতুনা থোমও। চেং অঙাঙবনা কুপও, মাপাল কোয়না নুঙসীনগা হৈরুপোপ আঙালবা তোতুনা কোনযাই পুমা থাও। লাইসোলদি – লাইরেল লাইহিং হিংকুম্বও নংনা য়াওন খৌদম্বদা সোকচিল্লে নংনা বালথীবীকুনো হায়না শোল্লো।

ঈপুম লোকখু

ঈপুম লোকখুদি – পুঁলৈমালবীনে, কেত্ৰুনে, হীদাকফু মহীদা হীদাক মনা তিঙদনা মহী অদুদা পুঁলৈমালবীগা কেত্ৰু, হংকাম মরুগা কোংগোল থোক্কা নোইরগা মোইথাপ্পা তেপ শাদনা লুপলগা থবাক্তা থোমও ফৈয়ে।

ঈ-না পাইখংপা

ঈ-না পাইখংপদি – তেলহিদাক কুপনা তকও কাব মুরোকসী ৭ উচিথী ৭ তক্তুনা হাপচিলও। লোলও কোংপারেল মারম থকহলও। লরাইদগী হৌনা সম খুংতোল ৩ কোকথোকও। কালচী মাপাক তৈও কেকে মনা ৭ নমও। য়োং ১ ইকও অঙাঙবা অদুনা কেকে মথক্তা নমও। হম্ববনে।

ঈশিং পুকচংপা

চংবী লফেইগী মরু (বীজ), হৈফ্র, মনাই, উনিংথৌ মইহে, অশিহেবোং মইহে, পোংশিং অসিগী অকংবা মকুপশিং অদু চাং মাল্লহলগা খোইথি খরগা হাপ্পুনা চংনিং ৬ কী মরুম নোংমদা ৩/৪ রক চারগা ফৈ।

হৈহিং মরু ৭ কোম্বনবা ফুংলগা হাপ্পা অমা থকপা ফৈ।

ঈশিং পুকচংকী হিদাক্তি – তেখাও য়াইখু, শল য়াইখু, মককলৈ অঙৌবা মরা, নুংজেং পেরুক, তুম্বৌ মরা, তিংথৌ মরা, হৈনৌজোম মরা, চিংজঙ, থম্বা অকংবা, খজিং অতেকপা ফুংলগা পিথকউ। ফবনি।

ঈশিং চংলিবা অদু থিংনবদি – অরা উরৈরোম ফুংলগা পিথকউ। তাওপাতা হায়বা উ অদু বাই অমা ওন্দুনা করুগা ফুতুনা পিথকপা ঈশিং পুকচং ফৈয়ে খঙও।

থাংতুপ পান্ধী অমা, মশা মবেং মবানচিংবা ফন্তবা পুম্মক লৌথোকউ। লেমহৌবা শব্বক অদু ঈশিংদা শেংনা চামথোয়গা চাওকক কল্পগা ঈশিং মবেপ থুয়া হাপ্পগা মৈদা মুন্না ফুৎলু। মহিদু সেব মখাই অমবোম লৌবগা নুমিৎ খুদিংগী চাং নাইনা হাপ্তা অমা থকউ।

চন্নফম – ঈশিং পুকচৎ, ঈশিং হেন্না চৎপদা ফৈ।

থুয়া, খজিং, কবোক অফাবা অহুমসি কংহন্দুনা কুপ্পা তকখায়বগা চাং মাম্না মাম্নদুনা তিল্লগা নুমিৎ খুদিংগী চাং নাইনা ফত্রিবা ফাওবা চাও।

চন্নফমশিংদি – ঈশিং পুকচৎকী লায়না ঈ অমদি ঈশিং হেন্না চৎপা ঈশিং মবীগী লাইনানা নাবা, ফন্দি বাৎপা পুম্মক্সা ফৈ কামৈ।

উতাংবী মনা তবেং, তেবাপাইবী মনা তবেং, পানা মনা অমা, পুন্না শুবগা মহি লৌবা নত্রগা মৈদা ঈশিংগা ফুৎলগা মহি লৌবগা খোইহি চামচ মবি যানশিল্লগা থকউ ঈশিং পুকচৎ অমদি ঈশিং হেন্না চৎপা ফবনে।

নুংহরাই মৈদা ঙৌবগা নুমিৎ খুদিংগী চাং নাইনা চাও কামৈ।

হৈবোং শুবগা মোবোক্তি যামহন্দনা শিংজু শুবগা পেন্না চাও। ফত্রিবা ফাওবা চাও। ঈশিং পুকচৎ, ঈশিং হেন্না চৎপা ফৈ।

ঈশিং পুকচৎপদি – থুয়া অকংবগা ঙাচিংগা অনীমা পিথকও।

ঈশিং পৌনবা

থবী মক্গী মহাও তকখায়বগা চিনি অঙৌবগা চাববদি যুংলিক্সা হানবদগী কোকহল্লি।

হৈক্রু মকুপ চিনি অঙাংবগা তোৎলগা চাববদি ঈশিং লিক্সা চৎপা ফহল্লি।

নুঙ্গাবৈ অঙৌবা চিনি অঙাংবগা চাববসু ঈশিং লিক্সা চৎপদগী কোকহল্লি।

ঈশিং পুকচৎ

ঈশিং পুকচৎপগী হিদাক্তি – চাহি অহুমগী চক খুদুম অমা কল্পগা খুবীথংবা শব্বক্সা ওম্বরগা ঈশিংদা লুপও। অদুগা ওম্বোক্তনা লংথোকও মহীদু পিথকও ফবনে।

ঈশিং মনু

পালথোক মনা ৭ তা ঈশিং হাপও। মৈহুম ৭ চুও, শুনু মোবোক থকও। নুংসিংকী নাপী লেঙবা, ককচেংগা ইক্সুনা থকও।

ঈমু ঈনাই তলবা

ঈমু ঈনাই তলবদি — হোংঙু, লংমাইয়েলখা, ওকহীদাক ৩ মা ফুংতুনা লরাইদগী হৌনা য়েথও।
হৈনৌজোম মরা, লাইহীদাক, কদম ৩ মা ফুংতুনা থকও ফৈয়ে।

ঈশিং মরম নুঙাইতবা

ঙামু অচংবা কোমপ্রেক মতু চোম্বীগা ফুংলগা লেপুনা হন্না হন্নাথকউ।

রাইখু কোঙৌয়েন মনাগা থোংলগা চাও।

ঙাচিং অতেকপা থন্না লাকোল অকংবগা থোংদুনা চাও।

হৈমাং, মৈতৈ য়াইঙুং খরিগী শরুক্লা হেন্না হাপ্পগা তিংদুনা থকউ।

ঈশিং মরী য়েকপা

য়েনম নাকুম্বী থবীগা চমফুং ফুংলগা চিনি অঙৌবা হাইরপ থাঙ্কগা চাবসু ফৈ।

ঈশিং মরী ফনবা

য়েনশিন নাপাকপী নত্রগা নাকুম্বীগী মহীনা শরুক অমা, চুহিনা শরুক অনি ওইরগা তিন্নদুনা নোংমদা
চা-গিলাস মচা অমমম থরুবদি ঈশিং য়াফন্না নাবা ফৈ, নুংসু তাই।

য়েকম, য়েনশিন নাকুম্বী মক মরাং শুনা হাপ্পগা মোরোক য়াওহন্দনা থাওদা তল হৌরগা চারবদি
ঈশিং য়াফম ফৈ, নুং তাই।

তেজপাত মনা চিনিঙৌগা ফুংলগা চা গিলাস অমমম নোংমগী থকপদা ঈশিং য়াফন্না নাবা ফৈ, নুং তাই।

হৈমাং মকুপ, য়েকম, মরোই নাকুম্বী তল হৌরগা চাবদা ঈশিং য়াফমগী অনাবা ফৈ।

ঈশিং মরী ফনবা

নুং হরাই মুন্না ফুংলগা মহীনা থকউ, মপংসু চাও ঈশিং য়াফমগী লায়না ফৈ। ফংত্রি ফাওবা চাগনি।

কোঙৌয়েন থোংলগা চাবসু ঈশিং য়াফম ফৈ।

তবোম্বী মনা, মরী ফুংলগা থকপা ঈশিং য়াফম ফৈ।

কোম্প্রেক তুজোম্বী শিতামিশ্রি ফুতুনা থকপসু ফৈ।

লৈবি-উরী, চিনিঙোগা ফুতুনা থকউ। ঈশিং য়াফম ফৈ, নুং তাই, তুমই।

লৈবি-উরী, থকলিঙৈ মনুংদা শা-ঙানচিংবা চাবা ফঙে। পুক চগ্রিং অমদি অরেং অখিলচিংবা খুদিংদা কান্নৈ। ঈশিং চত্তবা চংলি।

ঈশিং লাই

ঈশিং লাইখিবিকী ইরাতি – য়ামনা লাই ৩ সাও, ১ দি হামুক তৈও, ১ দি য়াইঙং তৈও, ১ দি ভৌহল্লো। লাই ৩ গী মাঙদা ফু ১/১ খিলও, কোনয়াই পু ১/১ হাপও। লাই অঙৌবদা চেংঙৌ, অমুবদা চেংঙাঙ, অঙাঙবদা চেং অমুবা অসুম ওল্লা হাপও। য়েকম ১/১ পানাক্কা, লৈসু, হৈকন লাকন, হৈমাং সিংপাক, তৌতোল ৭/৭ তিংখৌ ৭/৭ ফিরাল থাওমৈ ১/১ হাপও। লাইসোলদি - খিকমলেল কিংনাইপাও। খিকমলেল সানাইপাও। হংস হংস। খিকমলেল ছপনাইপাও। হংস হংস। সহং সহং। মঙা মঙারক সোলও, লাইহং লোলসুঙ সোল্লো। অপাংপা মাহাজ্ঞা নিংসা ৫/৫ রক কামসিল্লো। ৩ মদো অদুগা পুথোক্কো ফু-ফুদা মপা মপা হাপও। মরোংখোংদা লাই অঙৌবগী ফুনে, লাইখোংগী ফুদি অঙাঙবনে, খাখোংদা অমুবগী ফুনে। অনাবা মহাকপু ফু ৩ মা খোং ৩ মা বু খুকমহাল্লো তিল ৫/৫ রক সিংখোতাকহাল্লো। মুম চঙদরিঙৈ ইরুরকও মাগী মাগী লাইসকী হাল্লা হাযখিবা হিদাক থাও। ব্রাহিক, সিংখা মহী শুনু নুঙ কুপ জমেল তোংতুনা লসিং মরু মরম চাও ফয়ে।

ঈশিং লাই অঙৌবা

ঈশিং লাই অঙৌবদি – অথুপ্পা খৈবিকী মহীদা কেকে মালবী মনা, লংমালখা, পুঙতীংবী ৩ গী তাঙকোইগা। কামবিবৈ মহীদা ইন মচেং জমেল হাপুনা নোইথোতুনা তৈও ফয়ে।

ঈশিং লাই অঙৌবগী হিদাক্তি – অথুপ্পা খৈবিকী মহীদা, কেকে মালবী মনা, লংমাইয়েনখা, পুংতিংবী অহ্মগী তাঙকোইগা কামপিৰৈ মহী, নমমেল হাপুনা অনাবদা নোইদুনা তৈও।

ঈশিং লাই অমুবা

ঈশিং লাই অমুবদি – নুঙ্গীগী ফিমল, ইল মচেং, ইমনাক তবেংকী ফিজ়েং ইকও। তাঙকোই অদু হৈবুং মহি, তেখাও য়াইখু, নমমেল অহ্মগা মহী ওই। খেলজি হাপও ফৈয়ে।

ঈশিং লাই অঙাঙবা

ঈশিং লাই অঙাঙবদি – কুহী, কবো খাচি, হৈতুপ তক্তুনা মাইরেন অখাবা, ওকহিদাক, হৈবুং, তীম্বোক, তীনকোং অসিদি ঈশিংদা লুমলাদনা মহী ওইও। কেকেমালবী মারু, লংমাইয়েনখা অখাবা তাকোই ওইনা তৈও ফৈয়ে।

ঈশিং লাই অঙাঙবা

ঈশিং লাই অঙাঙবগীদি – কুহী, হৈতুপ, কাবো খাজি অহম্মা তিলনা থকও। মাইরেল আখাবা, ওকহিদাক, হৈবুং তিঙদুনা ফুংও। কেকে মালবী মরু নোংমৈ তাকোই মালদুনা তৈও ফৈয়ে। অসিনা ফংতরবদি – সামু মউল, কৈ মউল অনীমা তাকোই ওইনা ভৌদুনা হংকাম থাও অহিংবনে নম্মেল বিংতুনা তৈও।

ঈশিং লাই

ঈশিং লাইদা – শ্রী তনকো, হ-তনকো, আ-তনকো ঈশিং লাইদা হপ, তিংখৌ, হামৈশোন মনা ৭ না ফু ১ দা ঈশিং শোক্তুনা লুপনা লুপনা শোলও য়েও।

ঈশিং লাইকংচংপা

ঈশিং লাইকং চংপদি – হংকাম থাও অহিংবদা খেলচি তকও। জমেলগা যামদুনা তৈও ফৈয়ে।

ঈশিং লাইনা পুংবা

ঈশিং লাইনা পুংলবদি – মাহী চোংখোক্তবদি লৈম্বুনে, চুঙৌ মহীনে, সা হীদাকনে অহম্মা পাংখক মাম্না তিলদুনা থকও। সা হীদাক্তি মতিক য়েংনা হাপকনি। লাইহংলোল সোললো – হিংকুম্নু, কং-স-লাই, হো কং মপু অহম্মগী মমিংনে। অসি সোলদনা থকহল্লো।

ঈ-ফাইবা

ঈ-ফাইবদি – হৈনৌজোম মরা, মায়োকফা ২ মা ফুংতুনা পিথকও ফৈয়ে।

ঈ-ফাইবদি – হৈনৌজোম, মায়োকফা ২ মা ফুংতুনা পিথকও ফৈয়ে। নমসা অঙাঙবা, চংনীং অঙাঙবা, তেলহীদাক ৩ মা থকও ফৈয়ে।

ঈ-ফাইবা

ঈ-ফাইবা ফনবা হিদাক্তি — পুংদোন ৭ নুংসা হোলদনা থংলগা মহীদো পোং নিংখৌ নংগী হিদাক্তি হায়দুনা ফুংলু। হৈমাং মহীনা শব্বক ২ হাপ্পগা পিথকও ঈ-ফাইবা ফবনে।

ঈ-ফাইবা

ঈশিং লাংথৈ মনা ফুংলগা মহি থরুবদি ঈ-ফাইবা পুম্মক ফবনি।

খোইদিং অমুবা কুপহল্পগা শব্বক মবিগী শব্বক অমা চিনিগা লোইনদুনা তোলা মখাই মখাই চারবদি ঈ-অমসুং তোনফাইবা ফৈ।

চুমথাং নমথিবী মহি ছাটাক মখাইগা খোইহিগা থরুবসু ঈ-ফাইবা ফবনি।

চেংক্রুক তিংখংপানবগী মবা অদু তোলা মখাইগা চেংহিগা লোইনদুনা তরুগা খোইহি খরা হাপ্পুনা নত্রগা চিনিগা তিন্নদুনা চাববদি ঈ-ফাইবা ফৈ।

জাম মনা, হৈনৌ মনা, হৈক্রু মনা পুম্মকী মহি ছাটাক মখাইগা হামেং মখোম ছাটাক মখাইগা তিন্নদুনা নুমিৎ খবদং থরুবদি ঈ-ফাইবা ফৈ।

জাম মনা অনৌবগী মহি কোস্তেং অমগী চাং হামনা থরুগা হামেং মখোম অমুক তোলা মামনা থরুবদি, ঈ-য়ান্না কন্না ফাইবা পুম্মক ফৈ। মৈ শোনবা কনবনি।

ঈ ফাইববদি — কুরা অপুন্না চাও, কবো খাচী ঈশিংদা তিংনা থকও।

ঈ ফাইববদি — হৈনৌজোম মবা, মাযোকফা মকু অনীমা ফুতুনা থকও। অমদি নমসা অঙাঙবা, চংনীং অঙাঙবা মবা, তেলহীদাক অঙাঙবা মবা অহুম্মা তিন্না থকও। অমদি লমলেন থকও।

ঈ ফনবা

লফোই রাইগা তোৎপগী মহিদা যাংলী মহী হাপ্পগা থকউ।

হৈক্রু মকুপ খোইহীগা চাংনাইনা চাবা ফৈ।

জুবাকুশুম অঙৌবা মনা চিনি অঙাংবগগা ফুংলগা থকপা ফৈ।

পোৎসেন্সা তাবা ঈ-সু ফবা হিদাক্তি — লফুথবোগী উৎকা খৌবীগী উৎকা অনিমকী উতী চুমদুনা পিথকও। থরো মানবগী মহীসু যাইয়ে।

চাবোকপী ঈ-ফনবা — মালোতি মনাগী মহীনা কোক্তগী হৌনা কংল তৈরা তৌও ফবনে।

চাংশু মনা অনৌবা খজিং অতেকপগা থোংদুনা চাববদি ঈ-রাংপা ফৈ।

ঈ-শারৈ (শারৈ হৌবা)

লাইওং – হৌরমদাইদা হ্লাম তেয়না চল্লি, মচিং মশোংনাইবা, চৌইরোন পারোন লোনবা, যাঙ থেকপা, ওইদা যেত্তা থেকপা, মমিত্তা অঙৌবনা শীনবা, ময়া কোঙ্গোল কাবা, শোর থিংবা, ফরকপদা লৈকাইগী মী পক্লা রা ঙাঙগল্লি। ময়া মপানদি মীনা মাদু তৌরবোই খনলি। অনাবা অসি হৌরকপদা থজিন্দা খুংনা ফাথবীগনি। খোঙ খুং তিংথোক্লকপদা থেকচিন্নবা হোংনগনি। থেকচিনবা যাবদা রাখন লাক্কনি জ্ঞান তাগনি। ঈচেন চুমদবদগী ঙাওনা ফৈনা নাবনি, অমুকসু ফৈ, অমুকসু হৌই মতম শাংনা নাই। হৌরকপা মতমদা কেগে অঙাঙবা মনা খুবাম অমা ওইরবসু, লাংথৈ মতোমা ওইরবসু, খুংনা পায়রগা মমায়দা মশাদা তপ্পা তপ্পা ফুজিল্লু, নাছৌ অনাবনা শাউরক্কনি। অনাবনা কেগে নত্রগা লাংথৈ অদু মুন্দুনা শেগায়গে ফোয়দংকে তৌরক্কনি, মদদসু নম নমদুনা ফুজিল্লু। অনাবনা জ্ঞান তারকপা মতমদা ঈশিং থক্লে হয়গল্লি, ঈশিং পেন্নবা পীথকউ। ঈশিং থক্লেবা মতুংদা খোইহী ঈশিং অশাবগা পীথকউ। নুমিং নিনি ছমিসু পঙথগল্লি, অনাবসি নুপীনা অয়াস্বা তৌগল্লি। অনাববু লুনা চান্না শেন্নবীবগা লোয়ননা শাজেন লায়য়েং চুন্না তৌরবদি শোয়দনা ফগনি।

লায়য়েং – নুংশিং চাউগদবা চিঞ্জাক অমত্তা চাবা যাদে, খোইহী ঈশিং অশাবা যান্নরগা নোংমদা অনিরক থক্কনি। যাহৌরকপা মতমদা কেগে অঙাঙবা ফুগনি, লৌরাইদা চেং মহী তেয়না হাপকনি লৌরাই শাদনবা মখোঙ মখুং তিংথোরকপদা কোনশিন্নবা হোংনগনি। খুদোম্বী খুবীগগী কারক্তা খুবীনা নমগনি। ফরকপদা ঈশিং অশাবনা ঈরুজরগা অইংবনা থাদোক্কনি।

ঈ-না শাগতুনা ঙাওরবদি

তেখাও য়াইখু, কাংখিল তজুনা মহি অদু লশিংনা লুপুনা লৌরাইদা থোমউ ফৈ।

ঈ-না হকচাংদা চিকপা

ঈনা হকচাংগী খোঙ খুত্তা য়ান্না চিক থোংলবদি – সৈয়ি মকুগী উংনে, লৈখামগী উংনে অনিমক উত্তি চুল্লগা তৈবা ফৈ।

ঈ-হাথবা

অগরচন্দন, চাচন্দন, হরিচন্দন, কুম কুম, গুন লোং ফুংলগা পিথক্কনি। ফৌনা পোকপা কবোক মরু তরেংকা খোইহিগা পিজগনি। তিংথৌ মহী লৌরগা খোইহিগা পিথক্কনি। চুঙো মহী, হাকখীখনবী মহী, গুন, খোইহিগা পিথক্কনি।

তখেলৈ অঙাংবা মরু শিতামিশ্রি নত্রগা চিনি অঙৌবগা ফুংলগা অয়ুক নুংখিল চা গিলাস অমমম থরুবদি ঈ-হাথবা, ফিঙৌ চংপা, ধাতু নাইতাবা, ঈশিং পুকচংনচিংবা লায়নাশিং ফৈ। তখেলৈ অঙাংবা ফংদ্রবদি অঙৌবসু যাই। ফংলবদি অঙাংবনা হেল্লি।

তিংখৌ শুবগী মহিগা শঙ্কোমগা চাং মান্না তিল্লগা পীথকপদা ঈ-হাথবা, ঈ-য়ান্না চংপা ফবনে।

তোরবোং মপুম অমা মশুং মচা অমা লৌথোক্লগা মনুংগী মরুদু শেংনা লৌথোকউ, অদুগা মনুংদা চিনিঙৌ থন্না হাপ্পগা মশুংদু অমুক খুমজিল্লু নুমিং মঙানিরোম থম্মু। নুমিং মঙানি থকউ। ফিঙৌ চংপা, ধাতু নাই তাবা, ঈশিং মরিগী লায়নানচিংবা ফৈ।

ঈশিং হেমা চংপা

উ উতোংলৈ মকুগী উং চংনিং ১২ গা থাওগা লোয়ননা চারবদি ঈশিং হেমা চংপা ফৈ।

শিং, খাংখা মহীদা খোইহি নত্রগা চিনি অঙৌবা হাপ্পগা থরুবদি ঈশিং হেমা চংপা ফৈ।

কা শুপারী তরেং চফু অমদা ঈশিং হাপ্পনা নুমিং তরেংনি তিংলগা খরা খরা থরুবদি ঈশিং লিকই।

চেংহী চিনি অঙৌবগা থরুবদি ঈশিং হেমা চংপা ফৈ।

ঈরম হেল্লগা হেন্দনবা

থন্মাল অঙাংবা অপোম্বদু ঈশিংদা ফুংলগা থাখাই অমা থকপদা কান্নৈ।

ঈ-য়ান্না চংপা

নুপীনা ঈ য়ান্না চংলবদি – পেরুক মহিগা শিং খোংবীমুক চাওবা অমা হাপ্পগা পিথকউ ঈ-থিংবনে খঙও। খংথিং থিংবদি ফন্তে খরা খরা থিংগনি।

ঈশিং য়ান্না কৌরবদা

রামতুলসি মনা ৭, তুমনৌ মরা, লাই পেরুক, য়েন্দেম অমুবা, লৈহৌলা, লী, মুকথ্রবী মরম তরেংসি য়ালদনা ফুংলগা অনাবনা ঈশিং য়ান্না কৌরবদা পিথকউ। য়ান্না থুনা ফৈয়ে খঙও।

ঈশিং য়াফম

ঈশিং য়াফমদা ফন্তরবদি – কর্পরনে, লাইবকঙৌ লাবনে, চুহীনে ৩ মাসি ফুতুনা থকও ফবনে।

ঈশিং য়াফম লমছন

শলথি মথক্তা হৌবা কুন্দালৈ মানবী মনা ফুৎলগা নোংমদা পৰা মখাই অমমম অমুক নুমিদাং অনিদা থকশিউ। থোংদুনা চাবীৰবসু অথাবা অয়াকপা থোইদোকপা লৈতে। মথক্তা হায়জরিবা হিদাক অসিগী মমিংদি মৈতৈ ঐখোইনা কুন্দালৈ অঙাংবা কৌনৈ। লমছনগী নুংকাইদুনা মচেং মচেং তারকপনি অমসুং তুম্বনি।

তোক্লিংকোক মানবী মনা অদু থোংদুনা চাবিববদি লমছনগী নুং কাইবনি, ঈশিং য়াফম ফবনি।

চোঙাৰৈ অঙৌবগী মনা অদু হুঙ্গাম থোংবগী মতৌগুন্না থোংদুনা চাক চাবা মতমদা য়েনশাং ওইনা চাবিববসু নত্ৰগা চুন্না চাক য়াওদনা চাবিববসু য়াল্লা ফবনি। লমছনগী নুং তুমদুনা অমসুং কাইদুনা তারকপনি।

হৈৰপোপ মশিনগী মহিদা লিক্কোল খাদদুনা থকপিববসু লমছনগী নুংশিং হাংপনি অমসুং কাইদুনা তাবনি।

হৈমাং তিলহৌগা চফু মচা অমদা তিংদুনা নুমিং মরি মঙানি থম্বীবগা অযুক্তা পৰা মখাই অমা নুমিদাংৱাইৰমদা পৰা মখাই অমা থকপিববদি, নুমিং ৬/৭ নিগী মনুংদা ঈশিং য়াফম অমসুং লমছনগী নুংশিং হাংপনি।

কবা চিনি, যাইফর, গুনমরিচ, শিতামিশি তিংদুনা মহি অদু নুমিং খুদিংগী থকপিববদি ঈশিং পৌবনি অমসুং লমছনগী নুং কাইদুনা তাবনি।

ঈশিং য়াফম

ঈশিং য়াফমনা য়েতুনা ঈশিং লিকপা য়েকপগী মৈশানা খাঙবা ওমদ্রবদি তোববোং মহি খরদা যবক্ষার খৰা হাপুগা চিনি হাপুনা পিথকউ।

ঈশিং চংনিঙবদা খাঙবা, য়াল্লা অইঙবা নংবা, তিন্না নাবা, মশা ধাতু ফন্তবা, চাবা থকপদা নিয়ম কাইবা, অসিনচিংবদগী লাইনা অসি তৌই।

লাইওং – ঙাইহাক লৈতনা ঈশিং চিফেং চিফেং চংনিংবা, য়েকপা তৌইগুংমসুং শংদুনা ব্রানা ঈশিং খজিক্তা চংপনচিংবা তৌই।

তোৰবোং মহি তোলা ৪ দং চোঙখার মচঙ তোলা মখাই য়ামৰগা চারবদি ঈশিং য়াফম য়েকপা, ঈশিং লিকপা নুংগী লাইনা ফৈ।

লিঙ্গদা কপূৰ মকুপ খৰা চংহুৰবদি ঈশিং থিংবা ঈশিং চংলি।

পেকক মহি তোলা ১ দা চিনি অঙৌবা তোলা ১ হাপুনা চারবদি ঈশিং য়াফম নুং ফৈ।

কামানবীনে, মৈতৈ তীলহৌ অকুলীনে, উচান মচিনে ঈশিং সের অনিদা হাপ্পগা য়ান্না মুন্না ফুংলু। মহি সের অমরোম লৌরগা হাপ্তা অমা থকউ। নোংমদা অমুক অনিরক থকউ। তীলহৌদি সের মখাই অমদগী তাবা যাদে হেনবদি য়াই। য়ারিবথৈ য়ান্না থকপা ফৈ। হিদাক শেম্ম-শেম্মগা ফত্রিফাওবা থকউ।

চম্মফম – খাতু নাই তাবা, ফিঙৌ চপা, কছা চংপা, ঈশিং য়াফম, ঈশিং য়াফম্মা নাদুনা নুং লৈবনচিংবদা শিজিমৌ কামবনি।

লৈকংথম্মাল মনা অদুগী মহী গিলাস ১, চিনি অঙৌবা গিলাস ১ গী তংখাই অদু তিন্নরগা থকউ ফবনে।

হৈরুপোপ মহীদা লিক্কোন অহিংবা থাদদুনা তিংলগা, লিক্কোল অদুনা তুমলগা পিথকউ।

ঈশিং য়াফম অমসুং লোক খুবদা – হৈমাং মহীদা তিলহৌ মরুগা তিন্না ঈশিংদা য়ান্না নোইখাইরগা ২ নি ও নি তিঙলগা পিথকউ ফবনি।

ঈশিং য়াফম হিদাক – হাওরৈ অঙৌবা ফুংলগা পিথকউ ফবনি।

হিদাক অমদি – হৈমাংগা, তিলহৌগা তিংলগা হক্কী ঈশিংগা থকউ।

অমুক অমা নত্রগা নুংখিল অমা তিংউ। ঈশিং য়াফম ফবনি।

অমদি – চানম্মে, চিবাইতানে, শম্মোম অনৌবনে পিথকউ।

ঈশিং য়াফম নুংতুম্বা – উচেচ নোংগৌবীগী মথুন, মথিবোং মবিন খোইবিগা কোঙৌয়েনগা থোংলগা পিজৌ নুং থুগাইবা ওম্বনি।

ঈশিং য়াফমগী হিদাক অমদি – তোকনিংকোক, চানম নাকুল্লী, খজিংগা শম্মোম অনৌবনা মহী ওইনা থুম মোরোক থাকুনা হাওনবা থোংলগা হাপ্তা অমা চাও ফবনি। নিতিগী থোংউ।

ঈশিং য়াফমগী হিদাক্তি – মীসিগা তখেইলৈ অঙাঙবা তৌও ফবনে।

লাইনা অসিদি ঈশিং চংনিংবদা খাংবা, য়ান্না অইংবা নংবা, তিন্না নাবা, মশা খাতু ফত্তবা, চাবা থকপদা নিয়ম কায়বা অসিনচিংবদগী লাইনা অসি ওইরকই।

হিদাক্তি :-

ম্বলকমল মনাগী মহিগা চিনি অঙৌবগা থরুবদি ঈশিং খাইগনি অমসুং পৌগনি।

উহল অঙাংবগী মরা (ফংদ্রগা পান্ধী) ফুংলগা থরুবদি ঈশিং লিকপা ফৈ।

মনাহিদাক মুন্না ফুংলগা শিকি অমগী মরুম, নোংমদা অহুম্মা থরুবদি ঈশিং য়াফম ফৈ।

ঈশিং য়াফম ফত্তরবদি – কোকল মনা, তৌথ্রা, মালনা চারেঙ অহুম্মা ফুত্তুনা থকও। উশিংশা, পানাখাঙবা উরী, মোকতোক মরা, হৈয়েন মকু মরীমা তাকুনা তৈও।

চা ঈশিং অচম্বদা তিংলগা সিতামিশি হাপ্তুনা খরা খরা থকউ ঈশিং চংপনি।

তোৰোঁং মহিদা যবন্ধার খরদং হাপ্পগা খোইহি খরা হাপুনা পিথকউ ঈশিং য়ালা চংপনি।

মুৰী মহিগা খোইহিগা পিথকপিয়ু ঈশিং য়ালা চংপনি।

পুংফাই ফুংলগা সিতামিশ্রি হাপুনা থকপিউ ঈশিং পৌবনি। নোংমদা থকপা ওমইবা মথৈ খরা খরা থকপিউ।

উচিরাই

উচিরাই কাবদি – জমেল, হিঙ, নোংমৈ তাঙকোই তোৎনা তৈও ফয়ে।

উচিরাইগী হিদাক্টি – ইরীকসীপী মহী, মোরোক মহী ২ মা তৈও। অমদি কাকথবী মরা, অয়াঙলৈ মরা অসি তৈও ফৈয়ে।

উচি রাইদি – চামেল অহিংবা, হীঙ, নোংমৈ তাক্লেই অহুম্মা তোভুনা তৈও। উচিগী মরমদা ফৌরাম, য়েকুম, কোনয়াই, থাওমৈ, ফিৰাল অমা, হৈ লৈ যাওনা খুকুমও ফৈয়ে।

উচিরাই কারবদি – কেকে মালবীগা উসিংসাগা তক্তনা থবাক্কা মিফম ২ মা খুসিংখা ২ খুনম ২ মা যাওনা তৈয়ো উচিরাই কাদে।

উদগী হুস্থবা

উদগী হুস্থবদি – লাফু মরু অপুস্বা, সুনু, মোরোক, চেঙকুম, তলতল, সলখী, লৈঙোই অসিখৈবিকপু অসোকপা মফম অদুদা থাওনা হান্না তৈদুনা থোমও। উ-না, বা-না হুস্থবদি – হোংঙু, ওকহীদাক, তেখাও য়াইখু, লংমাইয়েনখা মরীমা সুদুনা মৈদা ভৌও। অদুগা সন্দং মসীংখা, হীঙ য়ান্দুনা তৈও।

উনশাগী লায়না ফনবা

থরোইবিচুপ মতোন, মনা শুগায়রগা মহিদু উনশাগী লায়না ফুরিনচিংবদা তৈবদা থুনা ফবনি। অঙাংদদি ঈশিংগা য়ান্নরগা পানা তৈবীমু মরমদি থুঞ্জগী খাংবদু রাগনি। য়ালা থুপ্পবদি ঈশিংনা চামথোকউ। হক্চাং পুন্মক শিনবা থুংনা পাকথোকপদদি তৈদবা ফৈ, চাগদবনি।

চানবা মওংদি – থরোইবিচুপ খরা য়ালা ফুৰুগা কংহন্দুনা মৈ থারগা উতি চুস্থগী মহিদু লৌ। থরোই নিংখাবী মনীং কক্তবগা শগোল হরাইগা থোংঙগা থরোইবিচুপকী উতিদু থাৰুগা, থাওদা শোক তৌদুনা য়ালা হাওনবা থোংলগা পেন্নবা চাও। নোংমা চাবা নোংমা লেপ্পা অসুন্না অহম মরিরক্তং চারবদি থাতুনা ফুদোক্কা পাংপা, পোন্না অমদি উনশাগী লায়না পুন্মক ফবনে।

উনশাগী লায়না ফনবা

কালানিমক থুমগা নিংখোখোংলিগা ফুংলগা থকউ। ধাতুনা ফুদোকপা অপাংপা ফুরিনচিংবা ফবনে। হাপ্তা অমা থকউ।

কান্দিরৈ অঙৌবগী মনা শুরগা মহি লৌ, যাইঙংগী মহি চাং মামনা খরা যান্না লৌ। হ্জামথাওনা শরুক অনি ওইরগা মৈদা মুন্না ভৌরগা মোলোম শেম্মু। ফদ্রক ফদ্রক লাওনা কংশিল্লক্কাবা মতমদা থাংখৌ। মাসিনা তৈবদা উনশাগী লায়না পুন্মক ফবনে, খুয়িংফাওবা ফৈ। কান্দিরৈ অঙৌবা মতু চোন্দিদু ফংদ্রগা অঙাংবনা লাংবদুসু যাই।

উনশাগী লায়না ফনবা

হ্জামথাওদা যেনখং মনা, হিদাক মনা ভৌরগা মপং লৌথোকউ। খোইরু, লশিং মরু অমুক হাপ্তুনা ভৌ, লুপা হিদাক কবোক পোতুনা হাপচিল্লু অদুগা তৈয়ু। থাওদি যামহল্লু উনশাগী লায়না পুন্মমত্তা কামৈ।

শলগী বী, নিম, শিশিদ্দি, কবীরৈ মরা তরুগা তিন্নদুনা তৈয়ু উনশাগী লায়না ফবনে।

নোংলৈশং মনা নোংমাংথা মনা ফুংলগা ইরুজবা উনশাগী লায়না ফৈ ফত্রিবা ফাওবা শিজিন্নৌ।

নোংলৈশং মনা, উয়াজ্জন মনা, চফু অমদা খরা যান্না ফুংলু মুন্মগা মপং লৌথোকউ। মহিদু খাং অচৌবা অমদা খাবৈনা ওংতুনা চিনি লোনবগুন্না লোল্লু অদুগা তৈয়ু থকউ। পুকথিনবা, লৈ নাবা অপাংপা অপোন্মনচিংবা ফৈ।

উরিঙ

উরিঙনা নাবদি – পানা, কাবমোরোকসি, চানম অরিবা, হোংঙু কক্কামালবী, নুঙঙৌনে ৫ মা অসি তৈও। উশিংশাসুঙ তৈও।

উরিঙদি – চামেল, কল্কক অনীমা তৈও।

উল লাই অউংবা

হংকাম মরু, চামক্কেক মরু, বান্দেংখোইবী অহ্মক তিন্নৌও। কাপথুজা থোমও। কাংহনে, যাইঙংনে, চানমনে, শুদুনা খুদোলদা থোমও। অমদি শুনুনে থরোই পিচুপনে শুদুনা খুদোলদা থোমও।

উসারাই

উসারাই নাবদি – তেখাওয়াইখুনে, কালৈনে, মৈখুহিদাকনে অহ্মকসি মহি শুমদুনা তৈয়ু ফৈয়ে খঙও।

উসারাই (মখুং মশা নিকপা) – অখাবা তরেংকী মরা তজুনা তৈবা ফৈ।

উসাবাইদি – তেখাও য়াইখু, মৈখু, মৈখু হিদাক, কালৈ ও মা মহী চুমদুনা তৈও ফৈয়ে।

উহালাই

উহালাইদি – হংকাম, চামত্রক, খারাপোল, অনানপা মরু, যেরীকসিবি মঙামাগী মরু তজুনা চামেল অহীংবা, লশ্মেম্মা মহী ওইও। য়াত্তুনা তৈও। থারোই তীল্লোক অনীমদি কুপনা তকও খেলচী তকচীলও। য়েকম, লৈসানম, চাকসৌ, হেহ্বাক, চনম অসিখৈবিক থোমদুনা লৌথোকও। পুঙতীংপী, শুনু অনীমদি তজুনা হকসাং থেমথোক্লাও ফৈয়ে।

ওকসুম লাই

ওকসুম লাইগী হিদাক্তি – লংমাইয়েনখা, খুচুম পেবে, কুম্মংপিচাক, পুন্লৈমালবী, মুগ্গবী, লাফু লামাং, কাইবং তবেংমা অসিবু ইজুনা উতী চুমদুনা চামও।

ওবা ফনবা

হোপ, নুংশিংহিদাক, পুন্লৈমানবী মচল অহ্মসি ঈশিংদা কুংনা লোল্লগা চিনি নত্রগা শিতামিশ্রি চামচ মখায় হাপচিল্লগা পিথকপা ওবা ফৈ।

যায়ফব ঈশিংগা লোয়ননা নুংফালদা তরুগা পিথরুবসু ওবা ফৈ।

বাহোংমতু নুংদা তরুগা পিথকউ ওবা ফবনে।

সাবৌতেম ১, বাহোং মতু, তেংনা মরু ও মা বু মৈদা ইকও। ফুঙ্গাগী উংকী উতীনা তোত্তুনা থকও, ওবা অচংপা ফৈয়ে।

ওবা অমসুং থাগোকপা

য়ান্না চামনবা, চাক তুমদবা, অহিং তুমদবা, নিশা কাবা পোং চাবা, থকপা, গাড়ী হিনচিংবা তোংদুনা চৎপা, পুকচৎপা, অরুমহৌবা অমসুং মীরোল্লিঙৈদা অসিগুন্না অনাবা অসি তৌই। থাগোকপা অমসুং ওবা হায়বসি মাগী মবম থিরগা হিদাক তৌগদবা ওই।

শ্বত চন্দন অতকপা তোলা ১ হৈফ্র মহি তোলা ১ খোইহি খরগা য়ান্দুনা চারবদি থগোকপা ওবা ফৈ।

রাহোং মতুগী উং চংনিং অমা, এলাইচি অচৌবগী মকুপ চংনিং অহুম, বোরোই মরুগী মতোং চংনিং ও য়ান্নরগা খোইহিগা য়ান্দুনা লেজুনা চারবদি ওবা থুনা ফৈ। অদুগা রাহোং মতুগী উংচংনিং ২ দং খোইহিগা চারবসু ওবা থগোকপদা য়ান্না কামৈ।

শগোল হরাই মকুপ গাছজ্ঞা হাপুনা মৈখু থক্কবসু থগোকপা ফৈ।

গোলমরিচ য়েতুমদা লেংলগা মৈ থাদুনা মৈখু অদু নাতোন্দা চিংশিল্লগা থগোকপা ফৈ। গোলমরিচ ইফং ফংদ্রগা মোরোক অকংবা মৈদা থারগা মৈখু অদু চিংশিনবসু ফৈ।

লফু মরুগী মহি ছটাক মখাই অমরুমদা চিনি অঙৌবা খরা য়ান্নগা পিথক্কবসু থগোকপা ফৈ। হিজ্ঞা শগোল হরাই মকুপকা য়ান্দুনা গাছজ্ঞা হাপুনা মৈখু থক্কবসু থগোকপা জাং মঙামক ফব য়াই।

কাউগনবা কাউদনবা

হিদাক্তি — নোংমগী পেরুক মনা তরংতগী তাদনা চারবদি কাউগনবা, বুদ্ধি লৌশিং মাঙবা ফৈ। খোইহি চাবসু কামৈ।

কাছা চংপা

কপূর রতি ২ গা চিনি মকুপ পৈশা মরিগী মরুমগা অফিংরতি মখাই অমগা তিন্নদুনা তুমলমদাইদা নুমিং খুদিংগী মঙা তরুকনি চাবিরবদি কাছা চংপা ফৈ।

মকর ধবজগা কবাচিনিগা তিন্নদুনা চাবিরবদি হাপুনা অমগী মনুংদা কাছা চংপা ফৈ।

যষ্টি মধু, খোহি, ঘী, চুঙৌগী মহিগা তিন্নদুনা নুমিং খুদিংগী অমুক অমুক চাবিউ। হিদাক অসি য়াওদ্রবসু ঈশিং অশাবনা নুমিং খুদিংগী হকচাং মনুং অদু মিনিট অনি অহুম তিংলগা চান্দিউ হকচাং ফবনি।

গোক্ষুর, হৈক্রু, নিংখৌখোংলি, অশ্বগন্ধ, শিংখা অকংবা পুম্মামক অসি তোলা মান্নানা লৌরগা পুম্মমকনা তোলা অসি ঈশিং সের মখাই অমদা তিংদুনা থল্লগা অমুক মৈদা লোন্দুনা পরা১মখাই অমা লেমহল্লগা নুমিং খুদিংগী মতম খরদং চাবিরবদি ধাতু নাই তাবা পুম্মমক ফবনি।

(ঈশিং য়াফম, লমছন, গনোরিয়া, নাইতাবা, একশীরা তৌবা, অমসুং স্বপ্নদোষ হায়বা লাইনা অসি শাগৈ অমতনি। স্বপ্ন দোষ কৌবদি তুন্না মতমদা মংদা ইখং খংহৌদনা কাম অমসুং বীৰ্য্য কাছা থাদোকখিবা অদুবু কৌই।)

কী

কী-নাবগী হিদাক্তি — চম্প্রা অমনা কী-দা নমনা সু সু তংতঙ শোন্দুনা হৈ অদুদি যুম নাকথগী শাইজুমদা ফুমও।

খেলচী, চিকোংলৈ মরা, কেগে মালবী অহম্মা য়ান্দুনা তৈও। অমদি লম পানখোঙমনা, ওকহিদাক, চনম, উশংশা, থুম অচুম্বা, হনু খুংলাম মনা, কবো মরোকসী, শুনু অসি খৈবিক তোত্তুনা তৈও। লাইথোকপা ফবা হিদাক অদুবু নোইখায়দুনা হাপও ফৈয়ে। সাইরোঙ লাইসু তৌও ফৈয়ে।

কী-ঙঙকোয়বা

কী-ঙঙকোয়বদি — উথাও মরু, কাংমরু সুদুনা মহী লৌও। কাবমোরোকসী উচিখী, কাবথুম। চাফংলবদি লাংথ্রৈ মহী সুমও, উ-নাপু মরা তকও, সীংনে মখুলদা হাপও। নুংদা চাবদি ফদিকোম পাখোল মক ১২ ফৌকাক ফুংলো চেং লৌও অদুনা কবোক পোকও সুমনৌও চাকচামাঙ চাও।

থফেল মনা, হিদাক মাকারা অনিমদি ফৌও কংলগা তকও। চুহীগা লোলও, লসীং মরু মরমতাও-চাও। নুংদা চাবা অমদি-লৈয়ু কানম নমবা, কবোমোরোকসী, উচিখী, সীংখা মহীগা হাপও, ওক হিদাক্লা চাও। চরোয়দোং মরুসুঙ চাও।

কী-থুংবা

কী-গী হিদাক্তি — চম্প্রানা কী-দা নম্মা সোলও। সু তংহম্বাহা হায়না সোলও। হৈদি যুমমি তাবদা ফুমও। চিকোংলৈ মরা, কেকেমালবী, খেলচি তত্তুনা য়ান্না তৈও ফয়ে। ফতাববদি — ওকহিদাক, চানম, উসিংসা, থুম অচুম্বা, হনুবাখুংলাম, শুনু, কবো মাবোকসি তোৎতুনা তৈও ফয়ে। সাইরোঙ লাইসু ফয়ে।

কী-গী হিদাক্তি হৈনীং লৌদুনা থোমও ওময়ে।

হীংনে, খে-মচিনে, চম্প্রা মহিনে, লীক্কোল নুংদা তরুগা মহী লৌরগা পুম্মকসি চাং মান্না তিল্লগা তৈয়ু কী থুংদুনা পোম্বা ফৈ। ফত্রিফাওবা তৈয়ু।

কীয়াম লাই

কীয়াম লাইগী হিদাক্তি — খোইচু মতোল রা ৩১, লৈখাম মতোল রা ৩১, তেংনা মরু রা ৩১, ফিমল তালকোই ওইনা ইকও। হৈবুং মহী তোংও তৈও ফৈয়ে।

কোক চিকপা

কোক চিকপদা শলথিগী উং, উচাল মচি, যাম, থুম মরিমক খেংতনা তৈয়ো ফবনে।

লপকাং, খাবী, সিং, যাইঙু অসি পুন্মগী মহি শুমদুনা তৈও।

কোক ঙাইরাঙবা

কোক ঙাইরাঙবদি – ক্যামলৈ মক, চামত্রক মক, ওকহীদাক, মোবোক, কবো মারোকসি তক্তুনা তৈও ফয়ে।

কোক ঙাওবা মিৎ নাবা

শলথি অনৌবগা লৈপাক খবগা তোংলগা ফি অমনা কুপুনা কোক্তা থোম্মু কোক ঙাওবনচিংবা ফৈ।
মিৎ নাবসু থোম্মু ফৈএ।

কোক ঙাওবা

ঈ-নুংশিং হাইগতুনা কোক ঙাওবগী হিদাক্তি – চাচন্দোন ত্রুগা বক্ত চন্দোন, উচাল মচি, চম্প্রা মহী, থোইদিং অমুবা থাওগা তিন্দুনা লসিংমনা হাপুনা মোইথাপ্তা লুপ্তনা লরাইদা হাপও চুবা ২দসু তৈও ফবনে।

কোক ঙাওববদি – কাস্বিবৈ মক, চালত্রক মবা, ওকহীদাক, মুবোক কবো মুবোকসি তক্তুনা তৈও।

কোক ঙাওবগীদমক্ত – শঙ্কোম অনৌবা চুমদ্রিবা অমসুং চম্প্রা মপুম অমগা অনীদু তিন্নরগা থকপা ফৈ।

কোক ঙাওবা ফবগী মতুংদা তৌগদবা অমা-মদুদি থুম খবা লাবোল ৭ না লোনলগা মৈদা ফুস্বা, মদু কাবা লোইরে হায়রগা থুম অদু তকখায়ও। শুমুন্দা শুস্বা থাওনা থোইদৌগী অকোয়বদা তৈরগা মদুগী ময়ায়দা তকখায়বা থুম অদু থন্নগা ফি মচেং অমনা কিশিল্লু ফবনে।

কোক ঙাওবগী হিদাক্তি – ১ দি পেকক শুগাইবগা থোইদিং অমুবা মক অদু তকখাইরগা তিন্নদুনা লরাইদা নপউ কোক ঙাওবা ফবনি।

১ দি খামেন প্রমাসিকা মকু মৈতৈ যাইঙুংগা শুগাইদুনা হঙ্গাম থাওগা তিন্নবগা লরাইদা হাপউ ফবনি।

১ দি থোইদিং অমুবগা কেব্বা অনৌবা মহীগা তিন্নরগা লরাইদা হাপউ ফবনে।

কোক ঙাওবা, মিৎলংখৎপা

ঙুমু অহ্মগী মশিংখা, চম্প্রা মহী, খোইদিং অমুবগী থাও চাংমাম্না তিল্লগা লরাইদা থোম্মু।

কোক ঙৈরাঙবা

কোক ঙৈরাঙবদি – ঈ-মরম ৭ মাবু শোলও। নীংথেম পোকপা অঙাঙবা, খুম্ন পোকপা অমুবা, অঙোম পোকপা অঙোবা, মোইরাং পোকপা অরাংবা, লুৱাং পোকপা অমুবা সারোলদা পাইখৎপা, ঙালবা পোকপা ঈদি উরৈরোম মচুনে, সরাং লৈসাংথেম পোকপা ঈ-দি সঙঙাঙয়ে হায়না শোলও ফৈয়ে।

মুথ্রবী, সিংখা তোৎনা সিংলী খেবিজ্ঞ তৈও। নোংপোক নংদি সারেল খুংতীঙদগী ঈবু খোমথাবীও। যোং ১বু মৈদা ইকও অনাবা মমাঙদা ঈশিংদা লুপচীলও। যোং নংচীকপকুমা চীকপিও হায়না শোলও।

কোক ঙৈরাংবা

কোক ঙৈবাংবদি – ক্যামলৈ মাক, ওকহীদাক, চামত্রক মরু, মোরোক, কবো মোরোকসি মঙামক নুঙদা তজুনা তৈও ফৈয়ে।

কোকচিকপা

কোক্তা ঈ হাইগৎপা, য়াম্মা ইংবা, লোকথুংবা, নুংশিং অমাংবা য়ৈখৎপা, পাম্বল শোনবা, অহিং তুমদবা, নেশা চাবা থকপা অসিনচিংবা মরমদগী লাইনা অসি পোকই।

গেহ্গী যাম (ময়দা) তোলা অমরুম ঈশিং খরদা নৈখাইরগা চুবা অনিদা তৈরবদি কোকচিকপা ফৈ।

চম্প্রা মহিদা রক্ত চন্দন তজুনা তৈরবসু কোকচিকপা ফৈ।

বোরোই মনাগী মবুকলোমদা শুনু তৈরগা চুবা অনিদা নল্পগা কোক চিকপা ফৈ। অপরাজিতাগী মহৈগী মহি নত্রবসু মরুগী (লেন্ফু) মহি অদু নাতোন্দা চিংশিল্লগা নত্রগা মরা অদু নাদা পুন্লগা কোক চিকপা ফৈ।

লৈবংগী লৈপাক (চুলাব) অঙাংবা মকুপকা গোলমরিচ মকুপকা চপমাম্না য়াম্নরগা নাতোন্দা চিংশিল্লবদি খোইরাইসু ফৈ।

শয়ি মৈতান কুপা তরুগা কেগে মানবী মরুগা তোংলগা লাইবক্তা চুনানা য়াংলগা থোম্মু। নত্রগা হজ্রাম থাও অহিংবা, শীংখা মহি, চম্প্রা মহি য়াম্নদুনা তৈয়ু। কোকচিকপা খোইরাই হৌবা অরোং অখিলচিংবা ফৈ।

কোক্তা নুংশিং হাইকৎপা

শগোল হরাইনে শাস্ত্রা মকুনে সুদুনা লরাইদা থোমও ফবনে।

কোক পাৎপগী হিদাক

কোক্ল মহিনে, সামু লমপেলনে অনিমা তোৎনদনা তৈয়ো।

কোক পাৎপা ফবা অমদি – হৈক্রু অফুৎপানে, হিদাকমনা মহিনে অনিমা তিন্নদনা তৈও থোমও ফৈয়ে।

কেগে মানবী মরুগী মছ

মনা হিদাক মনাগী মহী থক্কনি। হিদাক শেম্বা ওইরগা শঙ্গোম অনৌবা নুমিং মঙানি লোজ্জা ফৌরা তৌরগা শিজিন্নগনি।

কেগে মানবী চাবগী মছ হাৎনবদি খোংদুম খোমখা পিজবগা ফৈ। ফুত্তুনা পিথক্লবসু ফৈ।

ককলাই

খোইক অডৌবগা যুবী থাওগা তৈয়ু ফৈ।

কক্লাইগী হিদাক্তি – য়াই হায়বিবা খৈবিকপু চফু অচৌবা অমদা তীঙও। ঈশিং অক্সননা নছোকও। অদুগা য়াই মহীনা অমরক নছোকও ঈশিং চোৎকনো ফিনা যোমনা লৈও। ঈশিং ঈরাল তাবা লৈকক থোকপদা চেং য়েকুম, কোনয়াই পুমা, গানু চাকলীকতাবিবা অমা য়াওনা থা-ও ফয়ে। খুহীং, লাইখী লাইকুমসুং তৌও। অসিনা ওমদরবদি কুহী, হৈতুপ, কবোহৈ মকু, কবোখাচী, ক্বা অপুমপা অসি খৈবিকপু কুপনা তজুনা য়েল্লখৎনা মহী ওইনা থোমও। অদুগা হৈরীপোপ আগানবা লমলেনগা য়ামনা তৈও ফৈয়ে।

কবো লাই

কবো লাইদি – পুক চৎহলবা গালথোকপা ফয়ে। হিদাক্তি কুমশুনু ঈশিংগা তেংনা থকও ফয়ে। সন্দং মসিংখাসুং থকও ফয়ে।

কবো লাই ময়াং লাই

কালিচিরা, উচিথি, উরী আসাপা, কাংছ মরিমা কুপ্তা তকও। চম্প্রা মহিদা হাপুনা থকও, তৈসু তৈও। কবো লাই, ময়াংলাই ফবনে।

কবো লাই

কবো লাই – কুমশুনুবু ঈশিংদা নৈখাইদুনা হৈনৌজোম মরাগা য়ান্দনা থকও ফৈয়ে থঙও।

কুমথোঙ থিংবা

কুমথোঙ থিংবদি – কুমচাক মরু, চামত্রক মরা, নোংসারিক মরু, ঙারৌপী মরু, কবো মারোকসি, উচিখী, জাইফর অসিখৈবিকপু কুপ্পা সুদুনা মহী ওইও। লাইমরু লমমেলগা কুপ্পা য়ালহল্লো লাকয়ে।

কুমথোঙ থিংলবদি – কুমত্রক মরু, নোংসারীক মরু, চামত্রক মরু, হঙ্গাম মরু, হরাই ঙারৌপী মরু, কবো মরোকসী, উচিখী, হিঙ, চাইপোন, কাল্লীচারা, ঈরাই মায়া তরামাথোইমা কুপনা তকও। লমমেলনা মহী ওইদুনা লশীং মরম তাও। লাকতরিবা মখে অমমম চাও। য়াই ওইরিবা খৈবিকী মহীদা উতীন অমা তীঙও অদুগা মৈদা লোলও। অশাবা অদুবু লীলফু তৈও, য়াঙলেন, খুরাঙ, থবাক, খোয়খা অসী খৈবিক তৈও লাক্কদনে।

কুমথোঙ থিংবা

হিদাক্তি – করবীর অঙৌবা তক্তুনা থুম মৈ ইক্তুনা পিথকউ ফবনে।

লাইনা অসিদি – মৌনবা চিঞ্জাক চারুবা, থি, য়ুং খাঙ্গংপা, অওবা খাংবা, চেং অনৌবগী চাক চাবা, শঙ্গোম অফম্বা, শা-ঙা অপুম্বা, অশিনবা, অয়াকপা, অথুম্বানচিংবা চিঞ্জাকশিং অসি লমহেলা চারবদা, অমদি চাপ্রিবা পোংকী তুমদ্রিঙৈদা হমা হমা চারবদা, নুমিং খুদিং নুংখিল তুল্লবদা, গৃহস্থগী রতিক্রিয়াদা চাং হেল্লবদা, মমা মপা, লাই-গুরু, ব্রম্মন, বৈষ্ণবশিংবু মরাল লৈতনা মাইথিবা ইকাইবা পিরুবদা, হায়রিবা লাইনা অসি ওইরকই। লাইনা অসি চাওরাক্সা মখল ১৮ শুই। হায়রিবা মখলশিংগী লাইওংশিং অদু আয়ুর্বেবদ শাস্ত্রনা লাইয়েংনবগী মতাংদা, শুপ্পা তাকপিরম্বদগী, তোঙান তোঙামা ইজরুদ্রে। মথক্তা হায়প্রিবা চিঞ্জাক ১সুং নিতিশিং অদু তৌরুবদগী উনশা মথক্তা, অঙৌবা, অঙাংবনচিংবা পকপগী লাইনাসু লৈ।

হিদাক – নিম মনা, মরা, মকু, মপাল, মই পুম্মক অসি নুংশাদা কংহল্লগা মোসলা তাহনগনি। অদুগী মতুংদা ঘী, খোইহি চাং মাম্না হাপুনা তোলা মখাই মখাই ওইনা নোংমদা ২/৩ রক চারবদি ফৈ।

অঙৌবা পকপদা – শামু, কৈসী মউল মৈ থাদুনা তাজ্জৌই লৌরগা, হঙ্গাম থাওগা নৈখাইরগা তৈরবদি ফৈ।

শৌগি অনানবদা তোংবা, মনা চাবা তীল অদু নোইখাইদুনা তৈরবসু ফৈ।

য়াংলী মই তোলা ৩২, জমেল তোলা ৩, কুপা শুদুনা মন ময়ুংগা নৈখাইরগা তৈরবসু ফৈ।

হৈগ্র, কবোখজি, যাংলী অসি কুপহন্দুনা চাং মামনা লৌরগা খোইহিগা য়ামদুনা তোলা অমমম চাদুনা নোংমদা তোলা ২/২ চারবসু ফৈ।

নোংমাইজিং নুমিত্তা জয়ন্তী অণ্ডৌবগী মরা ফুঙ্কগা কুপা তকখাইদুনা শঙ্গোম অনৌবগা ফুঙ্কুনা থঙ্কবসু ফৈ।

লাইনা অনিমক্কী চিঞ্জাক – চেং অরিবগী চাক, গেছ অরিবগী তল, হরাই মুগ, মনামশিং অখাবা, ঘী অমসুং কবোখজি মহি।

কমবী লাই (ফুকাম, ইপাই)

কম্বী লাই, ফুকাম, ইপাইগী হায়গে – খাগী লৈহাও মকু তোলা ১, অরাথবী মরা তুলা ১, তেলহিদাক মরা তুলা ১, অহুম্মক তিন্নরো; অদুগা শুখাইরো। মৈদা ফুংলো, মহী খল ২ পিথকও, খল ১ খাকও অদুদা মাক ২ য়ালদনা হকশাং পুমনা শিংও।

কংখু

কংখুদি – মোরোক মকু তকও, লোলও, লাইবৈ সানা খৌনাওদা হৈখৌও ফয়ে।

কংখুদি – মোরোক মকু তকখাইদুনা ঘী-গা য়ালদুনা মৈদা লুসু লুসু সাহলদুনা লাইবৈ সাদুনা হৈজিল্লো।

ক্যাম লাই

ক্যাম লাইদি – মোইরাং ঙায়েলদা মাঙবা লাইনে। লাইরেম্মা নামুংবীনে।

হিদাক্তি – নাওসেকলৈ, খুসঙ, লাংথ্রৈ ও মা মৈদা ইকও। তুমনিংখোক মহী, খুংচুমপেরে মহী, মাইরেল চাঙালনম মহী অসিনা তাওকোই অদুবু য়ামদুনা তৈও।

লাইসোলদি – কুপলাবনে, লংলবা খীরবা হায়না সোল্লো। লাইয়িংখৌ সাংলীমরী খৈবিক সোকপিকুনো, লাইরেম্মা লৈনীঙনু নীঙবীকুনো। নীঙলমকাবদি নীঙলম হছও, মাঙলম কাবদি মাঙলম হছও হায়না সোলও। ক্যামদা য়েলহিং থাও।

খাতাঙ কাপথোকপা

খাতাঙ কাপথোকপগী হিদাক্তি – তিংখৌ মরা, হুপ মরা, মুপ্তবী অহুম্মা তোংতনা তৈও। লাইসোলদি – তোংচীরেঙ অহিংবাও তোংলমকুনো। তোকপনে, উতীন্মে মৈনিঙদা থাও, থারবদা সোলগদবদি। মীতোং

চাংবা নংবুদি চাখাবনা ওম্বনে। যোৎপোকপা লাইদি খোমৌবাও হায়না সোলও। খোনাও কাঙবী নঙ কাঙথরো লাইয়িংখৌ সীরা লীরৎনুও। খৌরা খৌচেঙদগী সীংথাবীও, ফরাংজি মতোল তোংবা নঙ য়েথরো। মফৌ ২ মা সীংথরো, মফৌ ১ দি ফৌওইবীনে। মফৌ ১ দি সমনু কৌয়ে, মফৌ ১ দি থুমহীংনু লুকোকপী কৌয়ে। থুম হীংমা লৈমনে খঙও।

খারেক

খাবেকি – ঙান্জক অহনববু লেকহল্লো অদুগা সীংখা মহী তৈও। লাইশোলদি যোৎলৈমা চনুবু শোল্লো।

খুজিল লাইপুম

খুজং, থুম, লৈপাক্কা তোংতুনা থোম্মু। তন্দন মনা মহি নোংমৈ হিদাক তৈয়ু। ঘীদা চিগোংলৈ মরা, কেলি, ক়েগে মানবী তক্তুনা তৈবা ফৈ। লম্বান মখোক, ওকহিদাক, চনম, উশিংশা, থুম অচুম্বা, হনু খুংলাম গুন চীরা তোংলগা তৈয়ু।

চেংক্রুক মনা মরু পুরা শুগাইরগা খুজিল লাইপুম তৌবদা থোল্লবদি, খুজিল লাইপুম থুনা ফহল্লি।

খুখা লৈথোকপা

খুখা লৈথোকপদি – শলখী লৈঙোই, যাইঙং, শুনু, লফু মরু অপুম্বা, চেঙকুম, তলতল মনা, মোরোক অসিখৈবিকপু সুদুনা থোমও ফৈয়ে।

খুনিং কায়বা

খুনিং কায়বদি – চোংখু মহাও তৈও।

খুমিং নাবা

খুমিং নাবদি – য়েলদা হৈ লৈ, কোনয়াই, য়েরুম য়াওনা খৌনিবী-ও। য়েলনা কাই কারাইদমদা খুমিং নাববু য়েল নংখোয়নে হায়না য়েলহিং থাও ফৈয়ে।

খুমিৎ খুদাং চিকপা

খুমিৎ খুদাং চিকপদি – থোইদিং অমুবগী থাওনে, সিংখা মহী, কবো মোরোকসি, কপূর মরিমক অসি তিলদনা তৈও।

মনুংদা চাগদবদি – শিংগারৈ মনা, নিম মনা, কবো মুরোকসি, কপূর, চাইফোর, লোং, পাখোল, কালিচিরা অসিথৈবিক তিলদনা খোইহীনা তাগনি। অয়ুক অমা নুমিদাং অমা চাগনি।

খুমিৎ নাবা

খুমিৎ নাবদা সোলনবা লাইসোলদি – হে লাইয়িংখো নোংপোক নিংখো অপালবা নংগী সনা খুফম অপাকপা অসিবু কদৌবা মক্কবনো মকফবোইদবনে। নংগী থাঙদি চিৰ থিংর সুমলেঙ হাই তারংপা, ঙাঙতুরেং নঙ হাইথরো। উং সেং সেং হাই হে হাই কৌবা নংগী থাঙ অসিনা সনা ফম্বাল মক্কে হাইথরো হায়না সোলও।

খুল্লাই

খুল্লাইনা সাওরাবদা লোকনাপাদি। চারু উংতিনে, পানখোক অফুংপা মাহিনে অনিমা তিলদনা তৈয়ো ফবনে।

খুমিৎ তাংচিকপা

খুমিৎ তাংমিৎ চিল্লবদি – নোংমাংখা, লাল্লুকোক, শৈচাক মনা, তাইবেন মনা, উয়াংকল মনা, খোংজাইনাপী, নোংমাংখা উসোং তরেং অসিনা হিগা য়েগনি ফিবুল তাবগা।

কেক্ৰু, হিদাকফু মহি, হিদাক মনা, থুম অসি মৈদা শৌহল্লাগা হংকংনা তৈয়ু ফবনে।

খুল্লাই লাইফা (সন্নিপাত জ্বর)

অনাবা অসি “বাসিলাস টাইফোসাস” (Bacillus Typhosus) কৌবা মহিক জাং অমনা অনাবা অসি পোকপনি। মহিক অসি হকচাং মনুংদা চংত্রবদা ঐখোয়গী থি মরী পুন্নমক চাথংলুই। মরম অসিনা লাইনা অসিনা নারবদি মৈতৈগী পুক শুবসি য়ান্না ফঙে। লাইনা অসি নিংখিনা লায়েংহৌদ্রবদি য়ান্না থুনা শিগনবা লায়নাননি।

লাইওংদি – লাইনা অসি ঙাইহাক অমুক নিংথমই, ঙাইহাক অমুক শাওগংলি, লু য়াং চিকই, কোক চিকই, মিৎ ঙাই, অমসুং মিৎফম তাই, পিসু তাই নাকোংদসু ঙাই। লৈসু খদ্রক খদ্রকই, অমুবা শলৈবান কাই, ঙাংবসু য়াওই, পুক কংখংলি, পুক শুরবসু নাই পৈসু চাওখংলি, ওই, ইফিং ফিংবগুমই, খংগল্লি, খোং হান্না থিংই, ঈশিং খজিক খজিক্তা ঙাংনা চংলি। নুমিমাংরাইদা, অহিংদা লাইহৌ তৌই। পুস্তা থবাক্তা নঙ্গন্দা অঙাং অঙাংবা ফুরিগুম্বা নত্রগা দাগ থোকই। নুমিৎ ৭/৮ নি লৈবগা লোক খুরকপদা ঈ য়াওরকপা উই, য়ারিদসু ঈ থোকই, খোঞ্জন শিথবকই, খাজিন য়ান্না শাওগংলি, অপুনবগুম চোইরোন লোল্লকই।

মশাপুম্বা শাগংলবা মতমদা কোক লরাইদা ঈশিং অইংবা হৈথবীগনি। পুং অনিৰোম লৈবগা লুম্বু লুম্বু শাবা ঈশিংনা তকথোক নাহ্লোকপিবা ফৈ। মতুংদা অকংবা অমোনবা ফিনা নিংথিনা তকথোকপিগদবনি।

হিদাক্তি – নিম মনা তোলা অহুম, মনাই তোলা অহুম, বহেড়া (হিদাক্তী দুকান্দা ফংই) তোলা ৩, হৈক্ৰু তোলা ৩, হোপ তোলা ৫ (ফংদ্রগা পাখোন্না য়াগনি)। সৈন্ধব (থুম) সৌবচলবন, বিটলবন, (কালানিমুক) থুম অহুমসিগী তোলা ৩ চোংখার মচং (যবক্ষাব) তোলা ২ ময়াম অসিগী মকুপ তোলা মখাই অমতং নোংমদা ২/৩ বক চাববদি অক্ৰম মখল পুম্বমক ফৈ। মসি কুইনাইনগুম য়ান্না থুনা অকম থংপা ঙুমই, হকচাংদসু তুংদা ফৈ।

নিংথৌখোংলি, নিম মকু, ফদিগোম মকুপ, থম্বাল মকোক অকংবা, রক্ত চন্দন, ময়াম অসি চাংদম চপ মান্না য়াল্লগা তোলা ২ গী মকুমদু ঈশিং তোলা ৩২ দা ফুংলগা তোলা ৮ দা ঙাইবগা ইংহল্লগা থক্ৰবদি অকম মখল পুম্বমক ফৈ। ওনিংবা, চাক তুমদবা, চানিংদবা, ঈশিং খৌরাংবা শাগংপা ফৈ।

তুলসী মনাগী মহি, গোলমরিচ, শিং, খোইহিগা নোংমদা অহুম্বক পিথকপা ফৈ।

খুয়া শাবা

থবী অবিবগী মবুক অদু লৌরগা মক য়াওহন্দনা মবুক অদুগা থোইদিং অমুবা থাওগা মুন্না নৈখাইরগা নুপীনা খুয়া শাবা, খোঙ পোন্না, খুয়া নাদুনা চংপা যাদবদা থোন্না ফৈ। নিপাগী খুয়া শাবদসু য়াই।

থবী অদু হিদাক্তীদমক ফংদবা মতমদা তৌনবা থমগে হায়ববদি থবী অদু মক য়াওদনা মপুক অশেংবা অদুদা লিক্ৰিদা মখুম খুমদুনা থমউ।

খুরক

খুরক্দি – হস্থোকপা ঙুমদরবদি, চেকাই মৈদা ইকও, খুয়া পানা নলথোকও হক্ৰামথাও অহিংবা, কাংহ, ওকহিদাক, চনম, থুম অচুম্বা, খাচম তোত্তুনা খুয়াদা তৈও। অদুগা চেকায় অশাবা মথক্তা খাচমপু খুংতোন মবম থানা হাপও অশাবা মথক্তা নেংও ফৈয়ে।

খুরক্গী হিদাক্তি – নোংকাংহৈ মরা, পেরকনে অনীমা তিমদুনা তৈও।

খুহিংগী হিদাক

হিদাক মনা ছটাক অমা, ঈশিং পৌরা মখাইদা অহিং অমা তিংলগা শুমদুনা মহি অদুদা কপূর মকুপ শিকি অমা, মুদ্রাশঙ্খ শিকিগী মরুম, হঙ্গামথাও অহিংবা ছটাক মখাই অমগা ঠৌদুনা খরা লোন্লগা তৈরবদি খুংহিং, লাইথি লাইরুম ফৈ।

নুংশিন অশংবগী উং শরুক অমা মেক্রক অঙৌবা মকুপ শরুক অনি তিন্নরগা ঘীদা তোংলগা ঈশিংদা ১০৮ রক হমা নৌইদুনা চান্নগা অহিং অমা নুংগী পাত্ৰদা ঈশিং হাপ্তুনা তিংলগা লৌথোক্তুনা তৈরবদি খুংহিং লাইথি লাইরুমনচিংবা ফঙবা অপাংপা জাং ফৈ। মাসি অঙাং অপিকপসু তৈবা য়াগনি।

খুহিংগী হিদাক্তি – ব্রাহ্মিক ফারগা লিঙ্গদা হাপ্তুনা তৈবা ফৈ।

চম্প্রা মহি, কেগেমানবী মকুপ, হিদাক মনা মকুপ, ফিকপূর, শিন্দুর, খরিমচং থোমগনি। হৈকক য়েল্লি শুরগা, খোইহি, থাও অহিংবগা থোম্মু। তৌথ্রা ফুংলগা শঙ্কোম মপালগা থোম্মা ফৈ।

খুহিংগী হিদাক্তি – কৈ মথী, সামু নম্মেল মৈদা লোলদুনা তৈও ফৈয়ে।

নোংলৈসং মনা সুতুনা নুমিং মঙানি তক্কি থোমও। উতোং মানিঙ হুংলদনা হংকাম মারু খারা হাপও। সামুক সলথী অকংবা মৈ হীক্লগা উতোং অদুগী মনুংদা হাপ্তুনা কামও। মানীঙদা মাচুম তারকপা অদু তৈও।

খুংশা কায়বা

খুংশা কায়বদি, চাঙথোক্লবদি – হৈসাং মনা লংমাইয়েনখা অনীমা সুদুনা তৈও।

খুং তেঙ্কবদি

খুং তেঙ্কবদি – হৈতুপ হৈ ফুন্তুনা মেংখায়ও। শুনু, থুম অচুম্বা, কেফ্রু, উ অখাবা, উশিংশা, য়েঙ্কম মমুং অসি খৈবিক থোমও। শন্দং মশিংখা, শাফু মশিংখা অনীমদি মাকে য়াওনা তৈও। থাও থাকও ফৈয়ে।

খোইদৌ য়ান্না শারবদি

লফেই শঙ্কোম মপানগা তোত্তুনা খোইদৌদা থোমও ফৈ।

খোইরাই

খোইরাইদি – খোইমহুম অহামবা ইকও তাঙকোইদা খাংকা মরা, পুঁলৈ মরা, ঙাখা মকোক ৭, উসিংসা, উচাল মরেক, ওকহীদাক, য়াইঙুনা মহী ওইনা তকও, য়ান্নদুনা তৈও।

লাতোলদা চেং, য়েৰুম মচিন থুগায়দনা কোনয়াই লৈ থেংও। ফৌহাম, য়েৰুম, যাওনা হৈরম ৭ লৈরম ৭ খোই মহমদা ঙি হংচি নংগী লাইথুংনে হায়না খোইরা পায়না খুৰুমহল্লো অদুগা তৈও ফয়ে।

খোইরাইগী হিদাক – তলতল মনা অদু কুপ্লা কংহন্দুনা নোইখাইরগা কোক চিকলিবা নাকলগী নাতোল নাম্মা অদুদা সেরৈ কোন্দুনা মৈ হাপ্পগা চিংশিল্লু ফবনি।

খোইরাইদি – খোই মহম অহাস্ববু তাঙকোই ওইনা ঙৌদুনা খাংখা মরা, পুঁলৈ মরা, ঙাখা মকোক ৭ উশিংসা, উচাল মরেক, ওকহিদাক, য়াইঙুনা মহী ওইদনা তোংতুনা তৈও ফয়ে। ইরাংতি – চেং, য়েৰুম মচিন্দা কোনয়াই, লাংথ্রৈ থেংও। ফৌহাম ইকুপ যাওনা হৈরম ৭ লৈরম ৭ যাওনা খোই মহমদা। নংগী লাইথুংনে হায়না খোইরা পায়না খুৰুমও।

খোইনা চীকপা

খোইনা চীকপগী মহদি – হরাই কালিন্দ্রি মনা খুবাম অমা হেৰুগা শুগাইরগা মহী লৌদুনা কংঙ তৈর, কংঙ তৈর তৌরবদি ফৈ।

ঙারেনখোই, খোইবী নমখৌনচিংবনা চিক্রবদি চিনি অঙৌবগা ঈশিং খরগা নৈখাইদুনা তৈরবদি ফৈ। হঙ্গাম থাও তৈবসু ফৈ অমসুং টাৰ্পিন থাও তৈরবসু ফৈ।

খোইরেল অমসুং হয়িংখোইনা চিক্রবদি – থুমনা হিগা য়ৈরগা ফৈ নত্রগা থুমগা ঈশিং খরাগা নৈখাইদুনা তৈরবদি ফৈ। হঙ্গামথাও তৈবসু ফৈ অমসুং টাৰ্পিন থাও তৈববসু ফৈ।

খোইরাই

খোইরাইদি – খোই মহম অহাস্বা মৈদা ইঙ্কুনা, খাংখা মরা, অয়াংলৈ মরা ঙাখা মকোক তরেং, উশিংসা, ওকহিদাক, উচানমরেক হাপনা তঙ্কুনা অসি খৈবিকী তাঙ্কোইগা তিন্নদুনা য়াইঙুনা মহী ওইও য়াতুনা তৈও। লাতোন অমদা চেং, য়েৰুম অমা, কোনয়াই পুমা, য়েৰুমদা লৈ হাপও, ফৌহাম হাপও। লৈ মবম তবেং, হৈ মরম তরেং, খোই মহম লৈবা অমদা কুরুকচি কৈরুংবা নংগী লাইথুংনে কোকপিও। অসুন্না হায়না খোইরাই পায়না শোলবীরবগা খুৰুমহলও ফয়ে।

খোঙ খুং তেকপা

খোঙ খুং তেকপদি সন্মবগা – হৈতুপ মকু ফুংতুনা থোমবসুঙ থোমও। চুমপা কেকে মরু, উরী অখাবা, উসিংসা অসিবু য়েৰুম মমুংনা তোংতুনা থোমও ফয়ে।

খোঙ খুং তাং চিকপা

লোইয়ম্বা লৈ মরা, কাংকোন মরা, হৈরী মরা, তেলহিদাক অঙাংবা, নিংথৌখোংলী, ওকহিদাক অসি থৈবিক চাং মামনা কুপ্পা তকখাইও। খোইহীদা তোংতনা চকপা হৈক্রুমরমদা তাও। অয়ুক নুমিদাং ১/১ চাও। অসিনা ফবদি খোঙ খুং তাংখুদিঙ চিকপা, চোকপা, নোয়বা, চাওবা, কামবা অসি থৈবিক ফয়ে।

খোঙ খুং তেকপা লৈথোকপা

খোঙ তেকলবা লৈথোক্কবদি – চারোইতোং মনা ফুংলগা য়ুংনা থোমও। তেকুবসু লৈথোক্কসু মথম্মা হাপয়ে।

খোঙ খুং চিংজিলবা

চম্প্রা মহীনে হংকামথাও অহিংবনে তুলা তমদনা তৈও।

ঈপাইনা চিক্কা, থিল্লাবা, খোঙ খুং চিংজিলবা ওময়ে। অরুবা হিদাক্কে। ১ দি উচালবু য়েন্দেম সোইবগুম সোইরগা য়ু শুংবগুম হমাং লৌও। অদুগা তৈয়ো।

১ দি হৈবুং মহীনা তেকতা উংতা চুমলগা তৈয়ো। হায়রিবা হিদাক ২ মা অসি ঈপাইনা সোন্দনা চিক্কা থিল্লাবা চিংসিল্লাবা ওময়ে অরুবা হিদাক্কে।

খোঙ খুং তাং খুদিং চিকপা

হৌজিক্তি হিদাক্কী নিংথৌ অনাবা থৈবিক ফনবা হায়গে।

লোইয়ম্বা লৈ মাপাল, কাংকোন মারা, হৈরী মারা, তেলহিদাক অঙাংবা, নিংথৌখোংলী, ওকহিদাক, অসি থৈবিক চাং মামনা কুপ্পা তকখায়ও। খোইহীনা তোংতনা হৈক্রু মারম চাওনা তাও। অয়ুক নুমিদাং অমমম চাও। অসিনা ফবদি – খোঙ খুং তাং খুদিং চিকপা, চোকখবা, নোয়বা, চাওবা, কাম অসি থৈবিক ফয়ে।

খোঙ খুং সাবগী

হিদাক্তি – হিদাকফু মহীনে, য়োমাখংনে, চাঙহৈকু মনানে, থুম খারীনে, মারু মারু থৈবিক হাপ্তনা তৈও ফয়ে।

১ দি য়েমখং লাবনে, পুইলৈ মালবীনে, লাই হিদাকনে, ফদিকোম পাখোল মারানে থুম খারীনে অসি মৈদা লোল্লাগা হলখং হলখংনা তৈও ফবনে।

খোঙ খুং তেকপা

খোং খুং তেকপদি – লৈবী উরী মরা (লৈবী হিদাক) অদু শাংনা ফুংলগা কুপ্লা য়ৈখাইরগা য়েংশিল্লু। য়ৈখাইবদা মচুম থোকপা অদু লৌদুনা হাপচিল্লু। তাংদা লৈথোকপা ওইরবদি মহি মখোম অদু তৈম্বু ফবনে।

খোঙ খুং তেকপা

খোঙ খুং তেকপা, ঈ অশিবগী হিদাক্তি – চেং কবোক অকাবা লফোইগা মুন্না তরুগা থোম্বু ফবনে।

খোঙ খুং চাফৎপা

খোঙ খুং চাফৎলবদি – মঙ্গৈহৈ মনা ফৌদুনা কুপ্লা তক্তুনা হাপও।

খোঙ খুয়া শাবা

খোঙ খুয়া শাবা ফনবদি – কাংল্গা হিদাকফু মহীগা ফুংলগা সানা খোঙ হামদোকপা ফৈ।

খোলচেল ফনবা

চামেইলৈ মাপাল, থোইদিং অমুবা মাপাল, কাপমুরোকসি, চিনি অকেঙবা, নিম মানা মঙামা কুপ্লা তকও। থোইহিনা তোংতনা হৈক্রু মারম চাওনা তাও। অম্বুক নুমিদাং খরা খবা চাও। ৭ নি চারবদি খোনচেল ফায়ে, ১৫ নি চারবদি কুচু ফায়ে, থা ১ চারবদি খোনচেল অরাংপা লৈতে। পুকনাবা, অয়েকপা, থারক সাওবা, মিৎ নাকোঙ নাবা অসি ফায়ে। ঈ-নুংশিং ফন্তবা ফায়ে। থা ২ চারবদি মাইহিং লাইচাক, লাইকোয়, ঈশিংলাই ফায়ে। চাপোক্তবা নুপীনা চারবদি মাচা পোকয়ে। কাম ময়েং তাদে, শম পোক হৌদে, মিৎ তাঙদে পুনসিয়ে।

খোঞ্জেল তাবা

কন্না রা গাংবা, লাওবা, হুচেনবা চাবা, থকপা, নিংথম্বা, লোকখুবা অসিনচিংবদগী খোঞ্জেল তাই। হরাই মঙ্গল মরু মরুম চাওবা লুপা হিদাক মতেক অমা উমদুনা মহি খর-খরা য়োংলবদি খোঞ্জেল তাবা ফৈ।

বোরোই মনা থুমগা ঘীদা ঙৌরগা চারবদি খোল তাবা অমসুং লোকখুবা ফৈ।

উচিখি মকুপ চংনিং ১২ গোলমরিচ মকুপ চংনিং ১২ শিংখা মকুপ চংনিং ১২ য়ান্নরগা শল ময়ুং খরগা থরুবদি লোক্সা খোঞ্জেল তাবা ফৈ।

মরোই নাপাকপী খুদাপ অমা শেংনা মছোক্তুনা চামথোক্সগা চাওকক করুগা, ঈশিংগা থুম খরদং হাপ্রগা ফুংলু। মৈদা ফুংপগী মহিদুন খৌনাওদা হন্না হন্না তেংথোকপদা খোঞ্জেল তাবা ফবনে।

বহেরা, উচিখি, শিং, সান্তোর, দারুচিনি, পুন্মক চাং মামনা কুপহল্লগা, শলয়ুংগা তোংলগা তোলা অমমম চারবদি ফৈ।

উচাল মনা, উচিখি, শিং, গুনমরিচ, নুঙ্গারৈ মরু, তেজপাং মকু, যাইঙং, ওকহিদাক, সান্তোর, খরোগী লেস্ফু পোংলমশিং অসি কংহন্দুনা কুপহল্লগা, ঘী, খোইহিগা চাং মামনা হাপ্তুনা নোংমদা তোলা ২/২ চাবনা থা ১ চাবদি হায়নঙাই লৈতনা খোল ফৈ।

শিং মকুপকা, খোইহি, চিনি অঙাংবগা তোংতুনা ইতং তন্তনা চাবদি কোকিলগুন্না সুর নুংশি।

খোমককলাই চুবা

ঙাপ্রম শঙ্গোমগা মরু মবাং হাপ্তুনা থোংলগা চাগনি।

চনম, শঙ্গোম, ঙাক্রা, কুন্দো মক মবাংগা থোংদুনা চাগনি।

লাইবকঙৌ মনা নত্রগা কাংছ মরুগা মৈতৈ ঙমুগা থোংদুনা চাগনি।

অঙাং খোমককলাই চুবদি – চু য়ান্না পিজগনি। ঙাপ্রমগা শঙ্গোমগা থোংদুনা পিজৌ।

অঙাংনা খোমককলাই চুরবদি – চুঙৌ মহী, লফোই অমুনবা, অরাথবী অমুনবা, চিনি অঙৌবা তন্তনা পিজরগা ফৈ। মমানা মীরোনত্রগা মচা খোমককলাই চুগল্লি, মরম অদুনা মমাগী খোম পীথক্সোই।

অঙাং মশা শাগংলরুবদি কেত্রু মকু ঈশিং খরদা নৈখায়রগা যংলেন মথবাক নানখংলু মথোয়দি শোক্সনু। খোইহী ঈশিং অশাবগা পীথকউ। লরাইদা কেরোশিন অঙাঙবা, অচাথাও, কর্পুর তিন্নরগা লশিং নত্রগা ফি অপাবা মচেং অমনা লুপ্রগা লরাইদা হাপ্পা ফৈ।

খোম থোক্সবা

খরো লেস্ফু পিজরবদি খোম থোক্সল্লি।

খোম থোক্তবা

হিদাক্সি – কৌক্রয়ই মকুপ তোলা অমা, চেংগী য়াম কুপ্পা শুরগা তোলা অমগা শঙ্গোম অনৌবা ছটাক অমগা য়ান্নদুনা নুমিং ৭ নিদং থরুবদি চাবোকপীগী খোম থোক্তবা য়ান্না মরাং কাইনা থোক্সই।

খোম থোক্তবদি – মী ৫ গী খোম শুমদুনা অঙাংপোকপা মফমদা ফি থাও, মথক্তা তেংকোং থাও, হৈরম থাওমৈ য়াওনা খুকমও। খোম শুম্বা অদুদি অঙাংপোকপা মীগী মখোমদা তৈজিল্লো ফৈয়ে।

খোমদা হৌবা

হিদাক্তি – হরাই মুসোরি কুপা তরুগা তৈবদা খোমদা হৌবা ফৈ। থোংলগা চাববসু কান্নবা ফংই। শিং চারবসু খোমদা ফৈ, খোম থোক্তবসু থোকই।

খোমদা

নুপীগী খোম য়ামন্দুনা খোমদা তৌরবা (নারবদি) মুসরী হরাই নুংদা তক্তুনা তৈববদি ৩/৪ নিদা নাবা ফৈ।

খোমতা নাবা

খোমতা নাবদি – থাওনে, চকময়ুংনে, কুহীনে, খোমখানে খোম মহক্তা তৈও। লাইসোলদি– পীতাইরেঙও হায়না সোলও ফবনে।

খোমদা

খোমদাদি – লৌবুক্তা তাবা লোল্লু মৈদা ইকও তালকোই লৌও। অমদি হরাই তেংনৌমালবী চহি অহুম শুবা মরা তৈও।

খোমদাদি – মনাই, ওকহিদাক, নোংমৈহিদাক, কেত্রু, উশিংশা, চুহি তক্তুনা তৈও হস্তবনে। নাই চাহনগে তায়বদি চনম, হেস্তাক, থুম অচুম্বা, মোরোক, হনুবাখুংলাম মহী, শুনু, চাহাওগী য়াম্মা তোত্তুনা তৈও নাই চাবনে।

খোম পোম্বা

খোমদা পোম্বদি – মনাই, ওকহিদাক, কান্তুক, কেত্রু, উশিংশা, শিংখা তরুগা তৈবীয়ু। নাই চানবদি– চনম, হেস্তাক, থুম মোরোক, হিদাক মন্য চাহাওগী য়ামদা তোত্তুনা থোম্মু।

খোম লাইখুম্মা নাবা

খোম লাইখুম্মা নাবা ফনবা হিদাক্তি – খোমক্রম মনাগী মহি শুরগা লৌ, মচুম মহি অদু অহুম মরিগী চাংদা নাকোংদা হাঙ্গু ফবনে।

এনখং মহিগা শিং মহিগা চাং মান্না তিল্লগা মচুম অনি নত্রগা অহুম নাকোংদা হাঙ্গু ফৈ।

মরোই ফদিগোমগী মনা শুরগা মহি লৌদুনা মচুম অনি অহুম হাঙ্গু ফৈ।

হৈরাঙ্গোই হৈগী মরুদু নুংদা তরুগা মচুম অনি অহুম হাঙ্গু ফৈ। হিদাক মরমশিংসি অয়ুত্তা অমুক, তুল্লমদাইদা অমুক হাঙ্গু। ফত্রিবাফাওবা শিজিন্নৌ, খোম লাইখুন্না নাবা ফবনে।

খুলাইগীদা চোংথোকপা

চুমথাং নমখীবী মরু, তোরবোং মশাগা লোয়নবা মকোক, ব্রজ, বোং, ফদিগোমনে খরা তজুনা হাপও অদুগা পিথকও চোংথোকপনে। মপানগী মছ হাংপদি – লসিং মরু ৭ কা হংগাম মরু ৭ কা তীলহৌ মরু অমগা মোরোক মতোন ৭ নে সিং খরা, নাকোং নপখী খরা অসি তিন্দুনা তৈয়ু। ঈশিং পিথকপদি – চোংগাং মতোলনে, পানখোক অমুবনে, কোম্প্রেক তুজোম্বী মতাং ৩ গা সিংনে, চানমনে গুলি তাদুনা চাও।

খোং খুং শিথবা

চনম শঙ্কোমগা খের হৌদুনা চাবগা খোং খুং শিথবা ফৈ।

তেজপাং মনাগী মকুপ, উশিংশা মকুপ, এলাইচি মকুপ চাংমান্না লৌবগা মফোলশিং অদু তিল্লরগা নোংমদা অহুম্নক চারগা ঈশিং লুস্তু লুস্তু শাবদু খরা খবা থরুবাদি লু তাং চিকপা খোং খুংশিথবা ফৈ।

খোয়সাং লিনশাং চুমদবা

অসাবা মরম অহুম, নাউতু মারু, মানাই মারু, পাখোল মারু, কালিচাবা, চুমথাং মারা, কৌত্রু যাই, মিচিংলৈ মারু, তেখাও যাইখু, কাংছ, তেলহিদাক অঙাঙবা, উখাকোক মাই, ফাখিকোম মারু, চাঙ হৈত্রু মাই, অসি থৈবিক্লা চৈ ১, নাপী হৈনৌমালবীনা চৈ ২, রোং মাসা ১ কংনা তকও। খোইহিনা তোংতনা হৈত্রু মারম চাওনা তাও। অয়ুক নুমিদাং অমমম চাও। অসিনা ফবদি খোয়সাং লিলসাং চুমদবা, নুংশিংনা চিংশিলবা, খোনচেল হোইপা, খোঙথোকপা, খোঙ খুং ইঙহলবা, হকশাং অপুন্না মুহলবা, মিং চিলবা, না-খোংবা, শম কেলবা, পোক হৌবা, যা নোন্না, ওনিঙবা, খৌরী নাবা, চীন সীনহনবা, নমখিবা, খুচীন কেলবা, কায়হলবা, লোক খুলবা, খোঙ খুং চিংশিলবা, হকশাং অপুন্না নমখিহলবা, লিলশাং চাওবা, চাবা হাওহন্দবা, পুকলি তিংবা, থাচীন সাওহলবা, লৈ খোনহলবা, লৈ চিংশিলবা, লৈ কায়বা, সৌজ চুমদবা, খোঙখুং চিকহলবা, ডোকংবা, লাইখুং অসি থৈপীক ফৈয়ে। হিদাক অসিগী মমিংদি সিংহবোল কৌয়ে।

খোংয়া শাবা

নিম মতুম ঈশিংদা খরা শংলপ্পা খাদরগা খোংতিংবা ফৈ। অচাথাও শোদাগা তৈবা, ঈশিং থোম্বা ফৈ।

খৌনাও ঈ-চঙবা

খৌনাও ঈ-চঙবদি – শামু মাসীংখা, সীং খাংখামনা, লাল্লুকোক মনা, নোংখ্রঙ মনা, ফনেক ফিমল মচেং, মোইরাং খানম মনা, মাকু অসি খৈবিকপু মরোক অদুদা হীঙ তৈদুনা খীলচিল্লো। হক্কা চংলবদি চুঙাঙ, যেকমগা তৈও।

অওক অচং তৌরবদি কেক্রুগা কাবথুমগা নৈদনা থকও। অসীসামন মহীগা অয়াঙলৈ মারাগা অনীমা তক্তুনা থকও। অমদি ঈরৈগী ঈশিং, লমলোঙগী লৈপাক, ককচেং অকা অকুম চিনওক্রুবা অহুম্মা নৈদুনা থকও ফৈয়ে।

খৌরি ফুলবা

খৌবি ফুলবা, মবাই খৌযেক লৈথোনবীগী হিদাক্তি – উচিথি, লোম্বা, জাযফব, গুনমরিচ, লোং, মেরোক মশিংখা অসি কুপ্পা তকখাইবগা খোইহিনা মহি ওইদুনা পিথকউ। মহি অদুদা লোম্বা মপাল তিংলগা উমহল্লু ফৈ।

খৌরিদা পোম্বা

চিংথ্রাও মকু অমসুং শিং অকংবা চেংহীদা তরুগা তৈরবদি খৌরিদা পোম্বা ফৈ।

চিংথ্রাও মকুঙ্গী অফুঙ্গা মহীদা শিং অকংবা মকুপ হাপ্পগা থরুবদি মতম কুইরবা খৌবি পোম্বাঙ্গী অনাবা ফহল্লি।

খ্বাঙ নাবা

খ্বাঙ নাবদি – লৈসানমবু সোইদনা মৈদা লৌও, অসাবা অদুবু থাও তৈনা থোমও ফৈয়ে। অমসু উজাও মনাবু খ্বাঙ য়োমও ফৈয়ে।

খ্বাঙ নাবদি – কাং অপালবা মারীনে, ইরোই থরৌবী মচীনে, লাফু মাহীনে মৈদা লোম্বুনা তৈও, হৌরকপা খুদিংদা তৈও। হৈরাপোপ, মাকে অনী খরা য়াংতুনা তৈও। লাইসোলদি – ন্না কোংতীংলেলও হায়না সোলও। খোং মারীল অথুঙ্গসুং থুঙ্গীকুনো, উরী অথুঙ্গসুং তীংথোকপিও, লাফুসং তনৌবীও, ইরোই

থরোবীসুঙ মপোকলরোয় হায়না সোলঙ। চাপোলনে, নাসুবী মাহাওনে, মুখ্ৰবীনে, যাইঙঙনে, কালীচারাকা
য়াওনা তৈও।

খাঙগোইবী নারবদি

তোমাল মই নঙনা ফুংলগা তৈবা ফৈ।

খাঙ নমগন নাবা

খাঙ নমগন তাওনা নারবদি – লাইরেল লমশি মরুনে, হৈখা মরানে, চোক আ... হৈ মরানে ৩ মা
তক্তনা তৈথৌও ফবনে।

খোং হায়া

চাবা থকপা হেঞ্জিন্দুনা তুয়া ওমদবদগী ওবা, ফায়বা, থিনবা য়েকপনচিংবা তৌই। মতম অসিদা হকচাংগী
শরুক পুয়া ঈংহল্লোইদবনি। অচাথাওগা থুমগা তিন্নরগা হকচাং পুয়া তৈবা ফৈ।

নুংশিং হিদাক খুদাপ অচৌবা অমগী মহীদা মৈতৈ থুম খরা থাকলগা তেঙ্কোং অচৌবা অমা থকপদা
অমাংবা থকই।

ঙাচিল

ঙাচিল নাবদি – ঙাটৌ মচি ঙারেল ২ মা ইকও। তাঙকোইদো হৈবুং মহী য়ালদনা তৈও ফয়ে।

ঙাচিলনা নাবদি – ঙাচিরৌ মচিল ঙাচক অনীমা ইক্তনা হৈবুং মহীনা তোংতুনা তৈও ফৈয়ে।

ঙাওনা চোংনা নাবা

নারবদা ঙাওনা চোংনা নারবদি – সোংলেলা লাহুপাও নোংচুপুগী লাকও। নকোকপু সগোন মালবাও,
কাল অমুবা ও, মখাদগী অসংবাও, নোংপোক্তগী মিং সানা কোয়বও, অরাংদগী চিংসা অথকপাও নখোয়
৫ মনা তৌকুনো নরসিং হায়না সোলঙ। মীরিচিং হায়না ৫ রক সোলঙ। লৈপাক্লা নোংখৌনা, নোংসীংনা,
মৈনা, ঈসিংনা খুয়া লুখুম য়ৈনা সোলঙ। চাপালদি লমখৈদা চফু ১ য়েল ১ চেংখরা কোনয়াই ১ সেল ১
লাংথ্রেনে য়ুনে থাও চারকও।

ওক্লি লুসম হন্দোকপা

ওক্লি লুসম হন্দোকপদি – হরাই ঙারৌপী, তীনথোক তীনবী, থুম, হঙ্গাম থাও য়াওনা তৈরবগা, কুইগা, পালকোংগা অনীমা কুপ্পা শুদুনা থোমও। লাইসোলদি – লাইরেল তীং সমপাও, য়াও সমপাও, নরুনয়াঙ ফুনাসিরবসুঙ, নমিৎ ২ মাদি তাকুপ হংলাইপাও, নোংখৌনা ক্রুঙ খোংবদা লাইরেল সিদবা নংনা নতীঙ নয়ঙ তাইপাকুলা তাইপীও হয়না সোলও।

ঙৌ খৌনাও চাবী

খোক মকু, তাইরন মকু, বোরোই মকু, হরিখাকোক মকু অসি পুল্লপা ফুতুনা উমও ফৈ।

ঙৌথোং

ঙৌথোংদি – বালতেংখাইবী চৈনা চপনা মিৎতা ছুয়া সোলও। ছমাইদি লৈখোম মনুংদা ফুমও। থরোই মনুংদগী মহী জমেলগা ২ মা য়ালনা মনুংদা হৈজিলও।

ঙৌদোং

সেনবাং মথী অঙৌবনে থুমনে কবো খজি খজিক্তং হাপুনা লাই থোকপগী ঙৌদোং চাইনা থোকপগী ঙৌদোংসু ফৈয়ে খংঙো।

মীগী ঙৌদোং লৈরবদা তৌনবা হিদাক্তি – বান্দেংখোইবী লীনাইবনে সুদুনা খোঙবী অনীমক্তা থোমও। অমাসুঙ লিলমরৈমনা মহীগা, খুনু মথীগা তিন্নদনা তৈয়ো ফবনে।

মিংকী ঙৌদোংদা – বালদেংখোইবী লীনাইবা তক্তনা খোঙবী ২ মক্তা থোমও। ১ দি ওমু মলিংখা ইয়েনু মহী ২ মা তোংতনা মিৎতা হাপও। ১ দি তলতল মহীনে থুমগা অনীমা তোংতনা মিৎতা হাপও। ১ দি হৈয়িং মনাবু মৈদা য়াইও, মহী লৌদনা মিৎতা হাপও।

ঙৌদোংগী হিদাক্তি – চনমকা থুমকা অনিমক নৈখাইমিন্নরগা খোংবী অনিমক্তা থোমও। ওকশমদসু থোমও। লাইশোলদি – ঙৌমানিকপা সোল্লো।

হিদাক অমদি – নোংমৈ তাঙকোইনে, হৈচুপেংনে, চায়িলকা য়ালনা থাকও। ফত্তরবদি হৈ খৈবিকী মসীনসু ফবনে।

বান্দেংখোইবী লীনাইবা শুদুনা খোংবী অনিমক মতম শাংনা থোমউ ফৈ।

ঙৌদোংদি – চনম, থুম অনীমা খোঙবী অমগী মরক্তা থোমও। ওকসমদসুঙ থোমও। লাইশোলদি ঙৌ

মনিঙবিও হনয়না শোলও। হিদাক্টি— নোংমৈ তাঙকোইগা, হৈচুপেংকা, চায়িলগা য়ান্ননা থাকও। ফত্তরবাদি চাংনীং অঙৌবা থকও। ওমদরবাদি চম্প্রাবু সেলসেংদা তীংদুনা থাকও। হৈ থৈ বিক্কী মসীনসুঙ ফৈয়ে।

ঙৌদোংদি— ইল্লামথাও অহিংবা, নুংসীল, লফোই মকু, কোরেক অখাবা মচৈ, মোরোক লম্বীদা তাবা, উতোংলৈ মনা নোংপোক ওনবা, হিদাক মহী চুপখংপা মহী তালকোই ওইনা তৈও। মপালদা তৈও ফৈয়ে।

চাক চাদবা চানবা

অনাবনা চাক চাদরবাদি— চেং কবোকী য়াম, মাজ্জে, কাবখুম, কাবমুরোকসী, শিংখা, মঙামা তোতুনা চাহল্লো। অদুগা চাক ইল্লো চাবনে। চাক চারিঙে ওগে হায়বরদি চাক অশেংবদা ঈশিং হস্থনা চেনবা সোন্ধদবনে। ককচেং হস্থনা কুম্ভগা অনীমদো তোতুনা চাহল্লো। অঙাং মথোয় নোংমৈ শীংজং অনীমা চাক মতুংইরা তৈও।

চাক মাংবা

থাংজ নুমিত্তা নোংনাংকোরি মরা নোংপোক্লেমদা চংপা, উয়ুম মরা নোংপোক্লেমদা চংপা, অনিসি লৌরগা কুপ্পা শুগাইরগা ঈশিংগা ফুংলু। য়াউম অমগী চাংদা নোংমগী অমুক নত্রগা অনিরক্কী চাংদা পিথকউ। নুপীগী ঈ চাকমাংবা ফৈ।

হেস্তাক অরিবা খুপীমুক চাওবা অল্লু অয়ুক্তা নুংখিলদা মথংগী নুমিংকী অয়ুক্তা অমুক, ঈশিং গিলাস তঙ্খায় অমমমগা য়ান্নদুনা নৈখায়রগা হিংনা থকউ য়ান্না থুনা ফবনে। চাকমায়দা গাল্লগা চাবদসু কাল্লবনে।

পেরক্কনে, মুকপ্রবী মনানে, অরা ফদিগোমনে ফুংলগা থকউ চাকমাংবা ফবনে।

চনম মরুনে, তিলহৌ মরুনে, হেস্তাকনে, গা অয়াইবা অকংবগা থোংলগা চাও চাকমাংবা ফৈ।

অরা ফদিগোম মনা তরামঙারোমগা ঈশিং গিলাস অনিগা ফুংলগা মহিদুনা খোইহি থুম্বা য়াল্লগা অমুক নুংখিলদা তংখায় অমমম থকউ। চাকমাংবা, শাগৎতুনা লাইহৌ তৌদুনা নাবা ফবনে। নুমিং হুমনি থকউ। মায়মিং হকচাং চাওখৎতুনা মওং চাদনা চাকমাংবগী নুংশিং লৈবা পুম্মক হিদাকশিংসিনা লায়য়েংবদা ফবনে, ফৎত্রিবা ফাওবা মথং মথং শিজিন্নৌ।

বাহোংমতু মৈ থারগা উং অদু লৌদুনা ঈশিংগা নৈখাইরগা পিথকউ। চাক মাংবা (তাইফং) ফবনি।

চাক মাংলবাদি— হৈনৌজোম মরা সারুক ১ তানা ফুংলগা কোক্তগী তৈথৌও। থোঙ খুং ২ মাদি হজংনা তৈও লৈঙম নাইও য়ান্না ফবা হিদাক্লে।

১ দি – অঙাং মখেইনে হৈবুং মহীনে ২ মা তিঙলগা খোঙখুং ২ মদা হঙ্গৎনা তৈও। লাইবক্তগী হকচাং অপুন্সদি হুহুনা তৈও। নুংদসু থিজিক থাজিলও চাক মাংবা ওময়ে, ঈপাইসু ফৈয়ে।

১ দি – তেলহিদাক মরা সারুক ১ তানা ফুংলগা চোংখাল মচং হাপুনা পিথকও ফৈয়ে। অসিসু চাক মাংবা ঈপাই ফৈয়ে।

নুপিনা চাক মাংলবদি – চেংহী অনৌবদা ওমু অচংবা হাপুনা মহী তৈও। মমিংদি – হাকানুপীনে থকও।

চাক মাংবগী হিদাক হয়গে – মৈতৈ য়াইঙং মহীনে, লাকাংনে, লতাকুটি মখেই অহুম অসি তুলা তমদুনা পিথকউ।

চাকমাং থিফাই

চাকমাং থিফাইগী ফনবা হিদাক্তি – বারক চমুবি অদু থোংদুনা ঙাখা খাচিং অকংবা হাপুনা তন্তনা থোংদুনা চাবা ফৈয়ে।

চাক মাংবগী হিদাক্তি – চা মহীগা য়াইঙং মহীগা তুলা মান্না শেম্পগা থকপা ফৈয়ে। অমনা – লফুলা অনৌবা ময়োন শাংকায়দরিবা অদু খুংনা পায়রগা রায় ১ ককপদু মশীং ৭ ককুগা ফুতুনা থকপা ফৈয়ে।

১ না – হনুখুংলাম মনা অদু খুংয়েৎনা ৪ ওইনা ৩ হেঙ্কগা সোর হোন্দনা, ফুংতনা থকপা চাকমাং থিফাইবা ফৈ।

চাক মাংবা ঈ-ঙাওবা

চাক মাংবা ঈ-ঙাওবা তৌরবদি – পুথাপ লাবা মনা, ঙখা অকংবা ফুংলগা পিথকউ ফবনে।

চাকখাও নাবা

য়েনপং মনা শিতামিগ্রিগা ফুংমিল্লরগা থক্কবদি চাকখাও নাবা, চাখৎপা তশেংনা ফরে।

চন্দ্র ধাতু

চন্দ্র ধাতুগী হিদাক্তি – লাই পেরুক, পেরুক, মৈতৈ য়াইঙং, বারোমশিল, কালানিমুক, ঘীনে মহী লৌরগা শরুক ও অসি ঘীনা ঠৌরো। কালানিমকনা থুম ওইয়ু বারমশিল্ল থাকউ অদুগা গুলি তারগা নোংমদা ২/২ চাও।

চানীং হিদাক

হনুরৈ মনা ফুংলগা কেত্রু নোইয়ু। চুহী অনংবা খরা তোতুনা থুম খরা হাপ্পগা নৈখাইয়ু, অদুগা ফিদা লুপ্পগা চানীং কুপও। চানীং হিদাক্রে খংঙো।

চাবা তুমদবা

নুমিং খুদিংগী চাক চাদ্রিঙে মমাংঙদা, শিং খরা, সৈন্ধব থুমগা চারবদি, হকচাংদা চানিং থক্লিংদবা, চাখিবগী থবাক্তা ফাদুনা রাইচিনবা ফৈ।

শিংখা, উচিখি, গঞ্জা চপ মামনা কুপহল্পগা ঈশিংগা লোইননা চারবদি হকচাংগী মৈ কনবা হেল্লি।

মনাহি মকুপ, শিংখা অকংবা মকুপ, সৈন্ধব থুম চপ মামনা তিন্নদুনা চারবদি হকচাংগী মৈ কল্লি, পুকখিনবা পুকয়েকপা ফৈ।

শিংখা অকংবা, উচিখি, গোলমবিচ, সৈন্ধব লবন, হিং ঈশিংগা তিন্নদুনা পুত্ৰা তৈরবদি নুংশিংকাবা পুকখিনবা পুম্মক ফৈ।

মনাহি শরুক অমা, উচিখি শরুক অমা, সচল লবন শরুক অমা পুম্মক অসি কুপহল্পগা তিন্নদুনা শিকি অমগী মরুম ঈশিং অশাবগা তিন্নদুনা থরুবদি, মৈ শোনবা, চানিং থক্লিংদবা, পুক য়েকপা, পুক য়াল্লা কল্লা থিনবা পুম্মক ফৈ।

কিসমিস, মনাই কুপহল্পগা তোলা মামনা চিনি নত্রগা খোইহিগা লেতুনা চারবদি থি ঈশিংখিংনা পুক কংখতুনা নাবা ফৈ। থোংবদা মুনবা ওমদবা পোং চাদুনা হকচাং নুংঙাইত্রবদি, মনাই, উচিখি, চিরাইতা চপ মামনা কুপহল্পগা ঈশিং অশাবগা, অনাগী মরুম চাবীয়ু। খুদক অদুনা নুংঙাইতবা পুম্মক ফদুনা অবাস্তা খৌরাংবা খংগনি।

থৈবোং চারগা তুম্বা ওমদ্রবদি লফোই চারগা ফৈ।

লফোই চারগা তুম্বা ওমদ্রবদি শুনু তিংবগী ইরুকাবা ঈশিং থকউ ফৈ।

হৈনৌ চারগা তুম্বা ওমদ্রবদি শপ্পোম অশাবা থরুগা ফৈ।

অথুম্বা য়াল্লা চারুগা নুংঙাইত্রবদি লোংমপাল চাবীয়ু ফৈ।

চাক চামল্পদুনা নুংশিং কারবদি থুম খরা য়োয়ানগা চারগা ফবনি।

যুবী য়াল্লা চারগা নুংঙাইত্রবদি চেং শাইদুনা চাবীয়ু ফৈ।

হৈখাগোক চামল্পবদি নিম মরু চারগা ফৈ।

হৈকক চারগা তুম্বা ওমদ্রবদি শিংখা চাও ফৈ।

কমলা চারগা নুঙাইত্রবদি চিনি চাবীয়ু ফবনি।

হৈক্রু চারগা তুন্না ওমদ্রবদি হঙ্গাম চাবীয়ু ফবনি।

থোইদিং অম্বা নত্রগা কাংশুবী চারগা নুঙাইত্রবদি হঙ্গাম চারগা ফৈ।

থবি চারগা নুঙাইত্রবদি গোলাপজল থকউ ফবনি।

খেচরী চাদুনা নুংশিং কারবদি থুম চাবীয়ু, থুম মহি থকপিয়ু ফৈ।

হরাই চাবদা নুংশিং কারবদি মনাই মকুম চাবীয়ু ফবনি।

অফিং গঞ্জা চারগা ঙাওরবদি, শঙ্গোম অমসুং থুম চারগা ফৈ।

থবাক্তা অনাবা লৈবা, চাবদা তুন্না ওমদবা, চনিং চমাং শম্মদবা, চানিং থক্লিংদবা, মৈ শোনবা, মশাদা তুংদুনা লৈতবা মীদি, নুমিং খুদিংগী অয়ুক অঙনবদা ঈশিং অঈংবা গ্লাস অমা নুমিদাংগী তুন্মদাই মমাংদা ঈশিং অশাবা গ্লাস অমা থকপীগদবা ওই।

ত্রিফল, সিভামিশ্রি, ঘী, গা মকুপ পুন্না চারবদি চাবা তুমদবা মথৈ তুমই। অঈং অশুবা, ঈশিং তোইনা চংপা, থাগী লৈ (খোঙকাপ কায়বা) নিয়ম লৈত্রবা, কুম লাইনানচিংবদা ত্রিফল শঙ্গোম অঙৌবগা থকও ফৈ।

এনশিন খুবাম অমা শেংনা চামথোক্লগা লানা যোমদুনা মৈদা লৌবদু নোইখায়দুনা ঈশিং খর, থুম খর হাপুনা থকপা য়ান্না কান্নরবা হিদাক্লি।

হিং, শিং, উচিথি, অজাওয়ান, মেথি, গুনমারিচ, সামর হীদাক তরেং অসি তকখাইরগা ফিদা নিকথোক্লুনা মকুপ লৌরগা চাক তোকপা মতুংদা খর-খরা চারবদি চাবা তুন্মগী মৈ কল্লি।

চাবা তুমদবা

মনাই মকুপ সিকিগী মরুম, সিংখা মকুপ চংনিং ৬, হৈক্লব লবন (থুম) সিকিগী মরুম য়ান্নদুনা চারবসু ফৈ। নোংমদা ২/৩ রক চাগদবনি।

মকুখোকপা চম চংনিং ৮, শিংখা মকুপ, উচিথি, গোলমরিচ, অমসুং হিং চংনিং অমমম তিন্নরগা তকখাইদুনা চাক তোকপগা চারবদি অশিনবা খেগংপা ফৈ চাক তুমই।

চাক চান্দিঙেদা নিতিগী শিং খরগা থুম খরগা চারবদি চাক থুনা লামই অমসুং খোং হান্না লিক্তে।

মনাই মকুপ, উচিথি মকুপ, পুন্না তোলা মখাই অমা সৈক্লব লবন খরগা চারবদি, খেগংপা, পুক নুংশিং কাবা ফদুনা থুনা চাক লান্না খঙুই। মাসি চাবদি ঈশিংগা চাগদবনি।

চাবোকপা চিংনবা

নোংমাংখা মরা তরুগা খোইদৌ, ঈশিংখোং, নিংজোলদা তৈরবদি চিংনদনা চাপোকই।

খুজুম পেরে মরা তরুনা হায়থিবা মফম অহমদা তৈরবসু ফৈ।

চম্প্রা মরাগা, যষ্টি মধু তকখাইরগা চুমথোজুনা পিথরুবসু ফৈ।

য়ুমগী শাইজিন মচুমগা লৈকাংগা নৈখাইরগা চুমথোজুনা পিথরুবসু ফৈ।

চাপুম লাই

চাপুম লাইদি – খাংখা মহী, য়েল্লখং মহী, খারাপোল মরু, কাংছ ৪ মাবু কায়রং মহী উতী, হৈরপোপ হৈঙাল, জমেল ৩ মানা মহী ওইনা তৈদুনা থোমও লসিংনা খুমও ৫ রক। কা অপুস্বা, কবোখজি, মনাই, কুহী, মুক্খবী, য়েংখোঙ অসিবু কংনা তরুনা থোমও। পাললম তৈবদি – লাইরেল মসিংখা, য়েল্লখং তৈও ফয়ে।

চাপুম লাইনা থুংবদি – খামেন অমুবা মনা কুপা তরুনা থাকও। অসিনা ফণ্ডরবদি হরাই মাইরোংবা তরুনা থাকও।

চাপুম লাইদি – খাংখা মহী, য়েল্লখং, খারবোল মরু, কাইরং, উতী, হৈরপোপ হৈঙাল, নমমেল ৬ মা তরুনা থোমও লসিংনা খুমও, ৫ রক থোমও। মপালদা তৈবদি – লাই মশিংখা, য়েল্লখং তৈও।

চাপুম লাইদি – খাঙলা মাই, য়েল্লখং, খাংখা, খারাপোল মরু মরীমা তরুনা কাঈরংনা মহী। উচিথী, হৈরীপোপ অঙালবা, নমমেল অহুম্মনা মহী ওইদনা থোমও লসিংনা খুমও অহুম্মক থোমও। মাসিগী মতুংদা কা অপুমবা কাবখচী, কুহী মনা, হৈয়েংখোঙ, মুক্খবী অসিদি কংনা তরুনা থোমও। লাইরেন মশিংখা, শন্দং মশিংখা, য়েল্লখং অহুম্মা তৈও ফয়ে।

চাপুম লাইদি – কফোই মপালনে, কবো খাজিনে, কা ১ গা তকখায়দনা থকহলও ফবনে।

চাবা ওবা

চাক চাবদা ওবদি – চাক অশেংবদা ঈশিং হুহুনা শোকও। ককচেং হুহুনা কুস্বগা মেতুনা পিথকও ফয়ে।

চাবা থকপা হাওহন্দবা

ঙাং মারা, উসিংসা, চাইফর, রোং, য়েলাইচি, কবো মুরোকসি, সিংখা, উচিথি অসি খৈবিক কুপা তরুনা উতোংদা হাপও। চারাইতা (চিরাইতা) চাচন্দোলগা তরুনা চকপা হৈরু মারম তাদনা থকও। অসিনা

ফবদি থারকতা থুংবা লোক, ওনিঙবা, ঈশিং খৌরাংবা, নাকোঙ য়ৈশিলবা, খোল সেলবা, চাবথকপা হাওহন্দবা অসি থৈবিক ফৈয়ে। হিদাকী নিংখৌনে।

চীক খোংপদা

নুঙসীননে, কেকে মালবী মারুনে, হিদাক মানা মহিনে অহ্মা অসি য়ান্দনা চীকখোংপদা তৈও ফবনে। পোকথোক্লেবা হিদাক্টি – ককলেন খুঁচীন নোইদনা থোমও চীকখোংপদা ফবনে। সাববদি – কুরাউ মনা ফুংতনা থোমও ফবনে। চীকখোংপদা ফবা ১ দি – তলতল মনা লৌতানা (মৈদা) থোমও। সাববদি – থোইদিং অমুবগী থাউনা লাসিং তেপা সাতনা থোমও ফবনে।

চীক খোংপদা ফবদি – হিদাক মনা মহিনে, খারীনে, য়েনসীননে, সিংনে, মবিমা তোংনদনা তৈও ফবনে।

চীনবাল পৈনা চিংবা

চীনবাল পৈনা চিংলবদি – হৈবুং মহিনে, কবো মুবোকসীনে, সীংখানে, মুথ্ববীনে ৪ মা তোত্তুনা অনাবদা থোমও। লাইপুদি চীনলৈ থোমলৈ লাইনে য়েলহীং থাও। লাইসোলদি – চাংতেরেঙও হায়না সোলও ফৈয়ে।

চোকথদনবা

থোইদিং চিনিগা তোংনদুনা শাবা লদু অমমম নুমিং খুদিংগী চারগা শঙ্কোম পরা অমমম থক্লেবদি থবক কলা শুবগী চোকথবা ফগনি, থুনা অহল ওইদে।

চোংখার (যক্ষার)

চোংখারগী হিদাক– থরো অঙাংবগী মরুগা খোমগা পিথকউ ফবনি। বাই পানিগা কিহোম মহীগা পিথকউ ফবনি। রাই পানিগা যুবীগা থুমগা, যুবী মনুংদা থুম থলা হাপ্লা। যুবীনা চাওরগা, রাইপানি মতুম অহম হাপ্লা পিঙ্কগা ২ হাপ্লা যুবী অদু তুল্লবা মৈ থারগা থুম অদু পিজৌ ফবনি।

চোংখারগী হিদাক অমদি– হৈনৌজোম মহীগা, গুন মরুগা, কপূবগা ফুংলগা হোংঙু মতুম ১/২ থাদরগা হোংঙুনা মুল্লগা হোংঙু অদু লৌথোকউ অদুগা মহী থকউ।

লী অসংবগী মহীগা কপূরগা মালহল্লগা পিথকউ ফবনি।

চিফেং চিফেং মাংবা

যাইফর, জীরা, তেরামচাগী মথোম অমসুং মহি কংহল্লগা মকুপ লৌরো নুমিদাংদা শঙ্কোম অফস্বগা তিন্নদুনা থল্লগা, মতুংগী নুমিঙা সৈল্লব থুমগা তিন্নদুনা চারবদি চিফেং চিফেং মাংবা ফৈ। নুংশিং তুস্বনি।

চাপোকপী নুপী খোম থোক্লবা

হিদাক্তি –

কৌক্রমাই মকুপ তোলা অমা চেংগী যাম কুপ্লা শুরগা তোলা অমগা শঙ্কোম অনৌবা ছটাক অমগা যামদুনা নুমিং ৭ নিদং থল্লবদি চাপোকপীগী খোম যাল্লা মরাং কাই।

ফৌরেনগী যাম অকুপ্লা ছটাক অমা শঙ্কোম আনৌবা পৌরা মখাই অমগা যামদুনা নুমিং ৭ নিদং পিথল্লবদি খোম যাল্লা থোকই (শলগী শলখোম)।

হঙ্গাম মক অঙৌবা সিকিগী মকম, লৈপুং খাঙ্গগী লেম্ফু সিকিগী মরুমগা শঙ্কোম অনৌবগা তক্তুনা নিতিগী পিথল্লবদি খোম থোকই।

চেরেগী হিদাক

থোইদিং থাওনে, মুরোকনে সোক তৌদনা মোইথাপ্লা তেপ শাবগা থোমও। থারোয়ঙ্গীচুপ মহিদো য়েকম মামুং হাপও। মপাল থাববদি নোংথুঙ উনাইবগী মানা অদু মৈদা কংনা ফৌবগা কুপ্লা তকথায়ও। হৈচাং মনাসুঙ কংনা ফৌদনা তকথায়ও। অহুমা অসি যামদনা ছলচিল্লো, মাথক্তা থাও তৈরগা মেত্রুকপু কুপ্লা তকথায়দনা মথক্তা চাইশিল্লো।

চয়োল ৭ কী হিদাকশিং

নোংমাইজিং নুমিংকী হিদাক্তি নোংমাংখানে।

নিংখৌকাবা নিংখৌয়েনবীনে।

লৈবাকপোকপা নুমিংকী হিদাক্তি লৈপাক্লেনে।

য়ুমশকেশ নুমিংকী হিদাক্তি ঈরুম কৈরুমনে।

শাগোলশেল নুমিংকী হিদাক্তি শাগোল হিদাক্তে।

ইরাই নুমিংকী হিদাক্তি লাইদাকনে।

থাংজ নুমিংকী হিদাক্তি থাংগা হিদাক্তে।

তিনখাক মতুনা নাবা

হিদাক্তি – যাইঙং, হঙ্গামথাও, খোইহি, ফুঙ্গাগী লৈবাক অঙাংবা মরিসি তিন্দুনা তৈয়ো, তিনখাক মতু ফবনে।

তিম নাবা

তিম। হায়বসি মখল যামই, মাদুগী মনুংদা তিন জাং অহুমনা খাইদগী হেন্না হকচাংগী মাংননবা তৌই। মাদুদি (১) অপিকপা লংগুস্বা জাং (২) তুস্বক তুস্বা তিল্লোকুস্বা অশাংবা জাং (৩) ফিতাগুস্বা য়ান্না শাংবা জাং অহুম অসিনি। অশংবা উইহে রাই চাবা, অপুস্বা ঙা চাক চাবা, অথুস্বা য়ান্না চাবা, চাক তুমদবা অসিনচিংবা মরমদগী লাইনা অসি পোকই।

লাইঙং – চাক য়ান্না লাস্বা নত্রগা লামবা খংদবা, ইলেং লেংবা, শাওগৎপা, পুক কংখৎপা, ওনিং ওনিং তৌবা, তিল চুংবা, নাতেন শুমাং অমসুং শৌজখোংদা হাকচবা চিল নমথিবা, তুস্বা মতমদা যা চিকপা শাইবা, ঈশিং (য়ুং) চেংহি মচুগুস্বা চংপা নত্রগা ফমজিনবা, অঙাংগী মিং নহাগী মাইগৈ মরিদু খরা মুরেনবা লৈচিনগুস্বা তৌবা, মচুবা খরা পোমতক তৌবা, চরম শাবনচিংবা তৌই।

খববোন মইহগী মকুপ চংনিং ১২ ঈশিং অইংবগা থক্লবদি তিন শিদুনা তাই।

কিহোমগী মনা অনৌবগী মহি ছটাক মখাই অমা খোইহিগা থক্লবদি তিন শিদুনা তাই।

খোংদুম অখাবা মকুপ তোলা ১ শঙ্কোম অফস্বা য়াকাবিনা নৈদুনা য়াউম অমগা থক্লবদি তিন শি।

অহলগী তিন্না নারবদি পাঙ্গোং মইহে অমা শুগাইবগা মকুপ লৌদুনা অয়ুত্তা তংখাই অমা নুংখিলদা তংখাই অমা ঈশিং অইংবগা নত্রগা খোইহিগা চারবদি অচৌবা অপিকপা তিন জাং পুন্মক্লনা নাবা ফৈ। মতম কুইবক্লবদি নুমিৎ ৮/১০ নি চাগদবনি। হায়রিবা হিদাকশিং অসি নোংমদা ২ রক নত্রগা ৩ রক পিজগদবনি।

তিনফা কাকফৈগী হিদাক

হকচাংদা অমসুং চাব থকপদা হায়রিবা তিলশিং অসি চংত্রবদি চাবা থকপদা চংত্রগনা চরা হেল্লগা খোইহি ঈশিং খর য়ান্দুনা হেন্না হেন্না পিথক্লবদি পুকনুংদা শিরগা অমাংবদা থোরক্কনি। খুদোংথিবা মফমদা চংত্রবদি খোইহি অফবা কাপশিল্লগা মপান্দা মতোমতা থোকচরকই।

তিনবুন নাপুন

তিনবুন নাপুন তারস্বা ঈশিং থক্লবদগী নাবদা অমসুং চিকপদা মী অদু মরোল থোক্লোই, অমসুং মশা পুস্বা যুগনি। মখোং মখুং ঈংগনি, মতম চানা হিদাক তৌহৌদ্রবদি য়ান্না থুনা শি।

হিদাক – কোম্প্রেক, কোম্প্রেক তুজোম্বী, কোম্প্রেক তাউথ্রা অহুমসি শুগাইদুনা মহি লৌরগা হমা হমা পিথক্লবদি ফৈ, অমসুং শিদে।

কাছারী হরাই মকুপ পরা মখাই অমরোম ঈশিংদা ঙাইহাক তীংলগা চামথোকপগী মহি অদু হমা হমা পিথক্লবসু ফৈ।

তীন হাইগৎতনবা

য়েংদৌ অনৌবা মরুগী ময়েন শুগায়রগা লরাইদা হাঙ্গু থোম্মু ফৈ। হরাই কালিন্দ্রি মনাগী মহি তৈবা নত্রগা থোম্মু তীন কোক্তা হাইগৎতে। ওকহিদাক পুক্তা চনীংদা তৈবা থোম্মুসু অঙাং তীনহৌবা কোক্তা হাইগৎতে। লাংথ্রৈ মহি লৌরগা লশিংদা লুপুনা অঙাংগী লরাইদা হাঙ্গু। অঙাং তীন হৌবা ফৈ তীন হাইগৎতে।

তীন হৌদুনা অঙাং নাবা (হিদাক থকপা হৈরবদা)

কিহোম মনা মহি তোলা ১, নিম মনা মহি তোলা ১, উরিকশিবী মনা মহি তোলা ১, খোইহী তোলা মখাই অমা হায়রিবশিং অসি নৈখাইরগা পিথক্লবদি তিন্না নাবা ফৈ। পিথকপা মওংদি :- চহি ১ দগী ৫ ফাওবগী অঙাংদা তোলা $\frac{১}{৪}$ পিথক্লবনি। চহি ৫ দগী ১০ ফাওবদা তোলা মখাই পিথক্লবনি।

কিহোম মনা মহি অফুংপা তোলা ১, খোইহি দ্রোপ ১০, অনি অসি তিনশিন্নদুনা পিথক্লবসু ফৈ। লরাইদা খোইদিং অমুবগী থাও তোলা মখাই মৈতৈ যাইঙং মহি তোলা মখাই অনি অসি তিন্নরগা, লশিংদা লুপুনা লরাইদা নল্পদা, খুয়াদা হঙ্গামথাওগা থুমগা নোইবীবা, খুবাক ময়াইদসু নোইবিগদবনি।

তিংখং চোংথোক্লবা

তিংখং যান্না লুনা খোঙদা যুথ্রবদি, হিদাক মনা অকংবগী নাকল অমদা চিনি অঙাংবা নঙনা থিংলগা তৈরগা, তিংখং যুফমদু খরা হন্দোক্লগা নপুনা ফিনা ফাজিন্দুনা নুমিং নিনিদং থম্ববদি তিংখং থোরকই।

তিন কাংনা চীকপা

হিদাক্তি – সমপকপী মরা তক্তুনা চীকপা মফমদা তৈয়ু ফবনি।

তীন্না নাবা

তীন্না নাবদি – চুহীগা ওকহিদাক নুংদা তরুগা মহী অদু তুলা মান্না লৌরগা থুম খরা থাঙ্গগা পিথকউ।

তীন চঙবা

তীন চঙলবদি — খালা মইহৈ মৈদা লৌও অদুগা চাও। শন্দং মশিংখা থকও। মাকেরা নালাং কুপটা হয়না শোন্দুনা ঈশিংদা থকও। অদুগা পুক চংহালও তীন সীরাবনে। লম্মেন থকচীল ও মাসা নোইবনে।

তীন মতু

হিদাক্তি — চনম, শিং, তিলহৌ, মোরোক পুন্না শুগাইরগা থোম্মু। ফুঙ্গাগী লৈপাক মকুপ ঘীদা তোংলগা মতু অদু লৌথাক্কনি। অনাবা মফমদা তেংনৌ খুজি ওইনা শিবীয়ু। স্নাখোংনাংগী উংথাওগা লোয়ননা তৈয়ু। লমমোদোন্মৈ মই তৈবীয়ু। ঙাপ্রমগী ঈ তৈবসু ফৈ।

থাংজদা পোকপা অঙাংগী মখোই অদু তক্তুনা তৈয়ু ফবনি। অদুগা থবোইনীংখাবী শুগাইরগা কুম শুনুগা তোংলগা থোমউ ফবনি খংউ।

তীনগী লায়না

শেন্সাং কাওথুম মহীগা খোইহীগা তিন্নরগা পিথরুবদি অঙাংদা তীন্না নাবদগী ঙাকথোকই।

অঙাংগী লরাই শাদুনা তীন্না নারবদি। লরাইদা ঈশিং অঈংবা হৈবীবা ফৈ। মাইবেন মতেন আনৌবা শুগাইরগা লরাইলেশ্মুদা থোন্মবসু অঙাং তীন্না কোক্তা হয়গৎপা ফৈ।

থাঙতুপ মনা তোলা অনি লৌরগা ঈশিং সেরমখায়দা ফুংলগা ঈশিং ছটাক মখায় অমা লৌরগা মহী চুমথোক্তুনা অয়ুক্তা খোইহীগা লোয়ননা পীথরুবদি তীনগী লায়না ফৈ।

তীন-না নাদনবা

মেত্রুক খোইহীগা তিন্নরগা চারবদি অঙাং তীন-না নাবা ফহল্লি।

তীলখাক মতু য়ুবা

তীলখাক মতুনা য়ুরবদি — অমুরৈ মনা থোমও। লাইমিংদি — হমহী কিলিং হয়না সোল্লো ফবনে।

তীন চংবা

তীল চংবদি — খাঙলা মহী মৈদা লৌনা চাও। সন্দং মসিংখা থকও ফয়ে।

তীংখং য়ুবা

অঙোম য়েনশিন খবা লানা য়োলগা মৈদা ওন্মু। মমুল ফারগা লৌথোক্লগা তীংখং য়ুবা মফমদা থোন্মু।
তীংখং চোংথোকপনে।

তুমকলবা

অনাবা তুমকলবা – য়ুমচি ৪ মাগী লৈপাক, মী অতুম্বগী খুয়াদগী লৈপাক, লম্মৈ চাকপগী লৈপাক,
উমু তাঙকোই সুং তিরৌও। হক্কী ঈশিংনা তোংও তৈও ফয়ে।

তুম চংবা

ওক ময়া, লাই মরু, য়োংতেক থাংতেক তকতনা হৈজিল্লু চোংথোকপনে।

তুম চংবা – ওক ময়া, লাই মরু, য়োংখাদাঙ ও মা তক্তুনা থোমজিলও চোংথোক্লকয়ে।

তুম্বিংদনবা

খাংগা মরাগা খোইহীগা তক্তুনা মিৎ মথক্তা তৈও তুম্বিংদবনে।

তুমদবা

অনাবনা তুমবিদবদা – হারাই গারোপিবু সুদুনা মহীনা মামিংতা কামচিলও তুমবি।

তুমবিদবগীদি – উনসাউবী মরু, চারায় সাপী, তুলসী মরু ও মাগী মরু তকও। লৈখাম ইক্তুনা, ওকহিদাক
তোংনা তৈও ফয়ে।

উচিথি মকুপ চিনি অঙাংবগা চারগা তুম্বা যাদবা অমসুং অকি-অকিবা মঙ মঙবা ফৈ।

তেরা লাই

তেরা লাইদি – তেরা মখোঙদা ফদি য়েংও, য়েরুম অমা হুলাইদুনা চুগোই সাও খুকুমদুনা চেনলকও।
খুংচুমপেরে উংতী চুমদুনা নহোকও ফয়ে।

তেংনৌ মখোম

মিত্তা তেংনৌ মখোম তারবদি মীগী মখোম শুমজিল্লু ফৈএ।

তোনপী

তোনপীগী হায়গে – যাই হৈনৌমালনে, তোলবা হৈনৌনে, হৈমাং মহীনে ৩ মক পিথকও ফৈয়ে।

তোনশীন

খামেন বারমাশিকা থাঙনা খায়দোরুগা ঈশিংদা তীংবদা মচু ঙাংলৈননা তাবক্কনি। মহী অসি গিললাস খাংঙৈদা খোইহী চামচ অমা হাপ্পগা নোংমদা অনিরক থকউ ফৈ।

অশাংপা লৈহাওগী মনা লোইনা খীকতোরুগা ময়োন অদু যাদা উল্লগা মহী অদু যোংশিল্লু। অহিং তুম্বদা খৌরীদা ফি অচোংপা ঈশিং হাইরপ যাওবা অদু য়েংলগা মথজ্ঞা মুগা নত্রগা কন্মল অমনা য়েংশিল্লগা তুম্মু। মাসি হন্না হন্না শান্নবীম্মু।

চিঞ্জাক – মছ কনবা পোং চাবা ফঙে, পুক থন্না চাশিনগনু, অমাংবা পলহনগনু।

তোলহাও ফায়বা

শঙ্কোম পরা অমদা উচিথি নত্রগা গুনমরিচ খবা হাপ্পগা নুমিং ছমনি পিথরুবদি তোলহাও ফায়বা ফৈ।

তোলহাও ফায়বদি – যাইঙং পিজবসু ফৈ।

তৌরিক লাই

তৌরিক লাইদি – তৌবোম ইকও তাঙকোইদা সিংখা, কামবিলৈ, তোরো খোংচাক, থুম অচুম্বা, লপকাং, মোরোক তক্তনা তৈও ফৈয়ে।

তৌরিক তৌপোম লাই

তৌরিক তৌপোম লাইদি – তৌপোম, হৈবুং অনীমদি মৈদা ইকও। শিংখা, কালবিরৈ, তোরোখোংচাক অহুম্মগী মহীদা মোরোক থুম অচুম্বা, লপকাং যান্দুনা তৈও। তৌপোমগী মখোঙদা চেং, লৈ মরম অহুম,

হৈ মরম অহম, কোনয়াই পুমা থাও ফৈয়ে। চেং মরম তরেংকী চগেম কুপ্লা তকও, ছপ মতোল তরেংকী মহী, শিংখা মহী, মোরোক থুম অচুন্না, লপকাং য়ান্দুনা তৈও ফৈয়ে।

তৌরিক তৌপোম লাইদি—তৌপোম ইকও, তাঙকোইদা সিংখা কালবিঁরৈ (কালপিলৈ) তোরোখোংচাক, থুম অচুন্না, লপকাং, মোরোক তোংনা তৈও ফৈয়ে।

থাকোকপা

ওকলাওবা থাকোকপা অসিগী হিদাক্তি—চামেলগা, যাইঙং মরুগা ২ মা তরুগা থাজিন নাকতোল ২ মা তৈও ফৈয়ে।

চম্প্রা মহীদা থুম খরা খাদরগা পিথরুবসু থাগোকপা ফৈ।

শিং অকংবা, তবোদ্বী মইহৈ, হৈরু অকংবা, চিনি অকংবা নত্রগা শিতামিশ্রি মরি অসি উমুল শানা কুপহল্লগা, চাং মায়না তিন্নদুনা খোইহী চামচ অমদা মথকী হীদাকসি চামচ মখায় তোংলগা পিজরবদি থাগোকপা ফৈ।

ঈশিং অফবদা তুলসী মনা খুবাম্বুক খাদবগা থকপা চাবা তৌরবদি থাগোকপা ফৈ।

চুহিগা থুমগা চারবসু থাগোকপা ফৈ।

মংগে মরু তরুগা মোইথাপ্তা লুপ্তগা নাকোং ২ মা নিকও ফৈয়ে। ওক লাওনা ওরবসুঙ ফৈয়ে।

কা মকুনে, য়েকম মকুনে, চেকায়দা ঙৌদনা ঈশিংদা তিঙদনা থকও। সেক্রাক অনিমদা মেংলো। লাইসোলদি—সিদবগী খোনচেলনে, সিদবগী তীনপ নপও থাকোকপিরাকুনো। হাকথি খলবসুঙ, হাকাম চলবসু অমাহানে।

থারোইকুপ (থারোইপীচুপ)

থারোইকুপতি—কাংফান্দা হৌবা লাইরেলচাক মনানা ঈ-হৌনবা তকও অদুগা মখোমপু তন্তনা তৈও ফৈয়ে।

থিবুম ফাইবা

থিবুম ফাইদনবা হিদাক্তি—লফু থম্বালগা নাওশেক্কা থোংদুনা নত্রগা ঈরোনবা শীংজু চাও থিবুম ফাইদবনি। থম্বাল ফংদ্রবসু লফু মশাসু যাই।

থিবুমগী হিদাক্তি—লাংথ্রৈগা গামুগা পিজৌও ফৈয়ে।

থিবুম ফায়রবদি—চিনি অঙৌবনে, খোইরু অঙৌবা, পুক্রুং থরো অহম তিন্নদনা পিজৌও ফৈয়ে।

ভুগটিনা থিবুম ফাইবদি – লতাকুটি মনাগী মহিদা য়োং মৈ ঙাংনা ইক্লুগা চু লাওনা চুরগা পিথকউ ফবনে খঙও।

পানা মনা মকুপ তোলা অমা, রস কর্পুর তোলা অমা অসি কুপ্লা তক্তুনা গুলি তাও অদুগা পিজৌ। ময়া নারক্তুনা মতিন তারবদি – সুকচিনি, রস কর্পুর, মুদ্রা সঙ্খ অসি ফুৎলগা থকহল্লু। মচিন নারগা হৈনৌ মকু ফুতুনা মচিন তেংহল্লু।

ভুগটিগী হিগা য়ৈনবা হিদাক – লফু লমাং, এনখং, কেত্ৰু অহুম অসি ফুৎলগা মপং ফিনা য়োন্মগা অশাবা অদুনা লরাইদগী য়ৈথরগা ফগনি। কবা চিনি, খুজিলা, শিংখা মহি, কর্পুর থুম মৈ ইক্তুনা থাদরগা পিথকউ ফৈ। অমাংবনচিংবা নুংশিং য়ৈখতুনা নাবা ঙম্বনি।

থিবুম ফাইবগী হিদাক্তি – ফকচেং মনা শুরগা পিথকউ নমথিদে।

থিবুম ফাইবদি – লিলপোপ মরাগী মকুগা ঙমুগা থোংদুনা পিজৌ ফৈ।

উশিংশা ফুৎতুনা মহি থক্লবসু ফৈ।

থিবেং ফাইবা

পেরক মহীদা কর্পুগা অফিংগা চেং ১ গী মান হাপুনা কর্পুর তংখাই ১ গী মান হাপুনা মুন্না মিলাইরগা থকও ফবনে।

থি ফায়বা য়ানবা

মনাহি হৈজিং ফাদ্রিবা অমসুং কালানিমক অনিসি চাং মান্না তিল্লগা মকুপ অদু চামচ অমদগী অনি ফাওবা ঈশিং অশাবগা লোয়ননা চাববদি থী নিংথিনা ফায়দোকই।

সুনামুথি মনাগী মকুপ চামচ অমা শঙ্কোম পরা মখায়দা লোনথোক্লগা মপং মৈ চুমথোক্লগা থক্লবসু থী ফায়দোকই।

আতরগুলাপকী মনুং লৈরিক্লা য়োমশিনবা ময়োল অদু কুপ্লা শুগায়বগা, চামচ অমা শঙ্কোম পরা অমদা শাহল্লগা, নুমিদাং তুল্লমদাইদা থক্লবসু থী মপুঙ ফানা ফায়।

থিরম চুম্বা

হংকাম মকু খুচোক ৩, কবো মুরোকসি ৩০, চানম মাচা ৩০ অহুম্মা অসিবু কুপ্লা তক্তুনা চকপা হৈকুমাবম তাও। ঈশিং অক্লম্বগা থকও। থী লমসাং চুমতাবা চংনবা হিদাক্লে।

থুয়াল শৌবা

থুয়াল শৌবদি – উশিংশা, ওকহিদাক মরু অনীমা তরু তৈও।

থোইতীংচম লাই

থোইতীংচম লাইদি ফৌওইবীনে। হিদাক্তি – হৈমাং মহী, সীংখা, হৈপুং, লপকাং য়ান্না তৈও।
থোইতীংচমদা য়েলহীং থাও।

থোং ঙারুবা

থোং ঙারুবদি – ফু ১ দা ঈশিং সোকও, কোনয়াই পু অমা লৈসু হাপও। লাইসোলদি – ঙাকনিং হিং
আঙাবা ঙমি পোনা লেঙতৈবা হায়না সোলও। ফু অমদা তংকোম তাওথৌ। ঈশিং সেনসাং ফুৎতুনা থকও,
য়োংচাক চাও। উচাল মবেক চানম অনীমা তক্তনা তৈও।

থেকাক চিংবা

থেকাক চিংবদি – ইবোই মযা, লাই মসিংখা, ক্রাকথবী মরা, অযাঙলৈ মবা, কেক্রু য়াওনা তিঙদুনা
খুয়াদা, থমোইদা, য়াঙলেন সুমদা তৈও ফৈয়ে।

থমোই শোনবা

হকচাংদা মৈ নেমলবা থমোই শোল্লবদি – ত্রিফল ঈশিংদা নৈখাইবগা পিথকউ ফৈ।

থবাক নাবা

ধাতু নুংশংগী নুংশিংনা থবাক নাবা, স্থাং য়াংলেন চিকপদা, চনম মনাও অনিগুম্বা মকুশেংনা খোঙ্কগা
খুবাক ময়াদা খুজিন্না কুপ্পা শিক্কায়রগা ঈশিং য়াউম অমগা য়োংলু। নোংম্বদা অয়ুক নুমিদাংরাইরম অনিরক
চাবা ফৈ।

থবাক্তা লীক তারবদি

থবাক্তা লীক তারবদি – সাকোন হরাই মরু, তিংখৌ মরা, ওক হিদাক অহুম্মা থকও। লাইসোলদি –
লাইয়িংখৌ অপানবাও হায়না সোলও। নুমিৎ থোকপদা লৈহীং চীং সীদাবাও হায়না সোল্লো। য়োং ব্রারোংবা

কুমবাও, নীক্তবা হাদবাও, নঙনা লীক্যৈখৎপীও। ই মপুল অমমমনা সনা চৈসু অমমমনা লুপা চৈসু অমমমনা নিংখৌ অপালবগী লাইফম চাপালদি—নুমিং য়ুংবদা উচেং উচেং মরুম মমুংনে, সনানে, লুপানে, মেন্নেনে, চেংনে, সনা খুংসী নাসী, কারী কারাতী খুতা পায়ও। ঈশিংদা সোলবদি লৈফু হীং কীং লৈপাও, নোংফু কীংনাইবাও, থোংনাংলেন অপুন্না কীংনাইবা হায়না সোল্লো।

টাইফেইডকী হিদাক

তুলসি মনা মহি তোলা অমা, নিম মনা মহি তোলা অমা, সিং মহি তোলা অমা, বক্ত চন্দন অতকপগী মহি তোলা অমা, খোইহি তোলা অমা, হায়রিবা হিদাকশিং অসি তিন্নবগা নোংমদা অনিরক অহ্মলক পিথক্কনি, অমুক থকপদা তোলা অমগী চাংদম পিথক্কনি, লাইহৌ ঈশিং খৌরাংবা লোক ফহনবা ওমই।

পানমনা মহি তোলা অমা খোইহি তোলা মখাই অমা, সিং মহি তোলা অমা, লিল মরৈ মহি তোলা অমা, রাম তুলসি মনা মহি তোলা অমা, হায়রিবা হিদাকশিং অসি তিন্নবগা নোংমদা অনিরক অহ্মলক পিথক্কনি। চাংদম অমুক্ত আওনস মখায় পিথক্কদবনি।

লিল মরৈগী মহি তোলা অমা, পানমনা মহি তোলা অমা, খোইহি তোলা মখাই অমগা তিন্নবগা চাংদম তোলা অমগী মহিদা কস্তরি বোস (বৃহৎ) চংনিং মখাই হাপকনি, নোংমদা অনিরক পিথক্কনি। হিদাক অসি লাইহৌ ফহল্লি, ঈশিং খৌবাংবা, চোইবোল লোনবা ফহল্লি, তুম্বা যাদবা তুমহল্লি।

কিসমিস তোলা ২, খজুর্ব তোলা ২, চিনি অঙৌবা তোলা ২, খোইহি তোলা ২, লোং মপাল তোলা ১, উচিখি তোলা ১, শিংখা তোলা ১, গোলমরিচ তোলা ১ হিদাকশিং অসি তিন্নবগা চংনিং ৬ কী মরুমদা গুলি তারো। হিদাক অসি পুং ৪ খুদিংগী শিং মহি ড্রাম ২ অমসুং খোইহি ড্রাম ২ দা নৈখাইবগা পিজবা ফৈ।

টাইফড

টাইফডকী নুংশিংনা যাখোঙ ঈ-থোক্লবদি—লুপাহিদাক কবোক পোক্লগা চম্প্রা মহী, পুংফাই নারোংবী মহী, গুনমোরোক, খোইহীগা থকও ফবনে।

টাকি থুংবা

লাইনা অসি লৈবা মীগা ফিরোল তিন্নবা অমসুং চামিন থকমিন্নবা অদুগা মপা মমাদগীসু মচা মশুদা লাইনা অসি শম্বেদকপা য়াই। লাইনা অসিদা য়াম্মা ফন্তবা মহিক জাং অমা লৈ, মাসি ডা: সঙিলনা ১৯০৫ ইন্দা পুথোক্তুনা “স্পাইরোকীট প্যালিদি” হায়না মমিং থোল্লশ্মী।

লাইওং – মহিক অসি হকচাংদা চংবা হপ্তা অমরুমগী মনুংদা দাগ অমা নত্রগা ফুরিগুস্তা অমা হকচাং মনুংদা (লিঙ্গদা) চোংথোরকই, অদুদগী হাকচরকই অমসুং মাদুগী মাইগৈ মরিদা শজিক শজিক নারকই। নুমিৎ ৩/৪ নি লৈরগা ফুরি অদু ঈশিং হানবা য়াইরোং মচাগুম তৌরকই, অদুদগী নাই থোরকই। লাইনা অসি য়ান্না কিবা অমসুং ফত্তবা অনাবনি। অনাবা অসি কুইরক্কবদি কোক্কি শম কেল্লি, খোং খুং চিংশিনবা, শিখবনচিংবা য়ান্না তৌরকই।

হিদাক্তি – কবিরৈ (করবীর) গী লেন্ফু অদু ঈশিংগা তক্তুনা তৈরবদি য়ান্না কান্নৈ। মাসি অহানবা হৌরকপদা তৈগদবনি।

কাবোখজি ছটাক অমা, শজি মচিগী উং ছটাক অমা, লিক্কোনগী উং ছটাক মখাই অমা, নুংশিনগী উং ছটাক মখাই অমা, খোইরু ছটাক অমা, শঙ্গোম মপাল (মাখন) ছটাক অনি অসি নোইরগা ফিজ়েংতা তৈদুনা টাকিদা তৈরবদি নুমিৎ ৫/৬ নিদা ফবা য়াই, নোংমদা ৩/৪ বক তৈগদবনি।

উচিশম্বল মহিনা টাকিগী অপাংপা চামগদবনি। পানমনা শাহল্লগা পুন্দুনা য়োমদুনা থল্লবদি লিঙ্গ পোমখংপা ফৈ।

যুবিথাও ছটাক অমা খোইরু তোলা মখাই অমা, মুদ্রাশঙ্খ শিকিগী মকম, রসমনিক সিকিগী মকম অসি মৈদা খরা শৌহল্লগা তৈববদি ফৈ।

অনন্তমূল (দুকাশ্দা ফংই) তোলা ৪ ঈশিং সেব অমদা ফুংলগা শৌরা অমতা ঙাইরবা কান্দা থাংথদুনা পিথক্কদবনি। নোংমদা ৩/৪ বক অসুয়া পিজগদবনি। মাসি নিতিগী ফুত্তুনা পিজগদবনি।

লাইনা অসি তৌরবদি নুংখিল তুম্বা, ঈশিং চংনিংবা খাংবা, নুপী তিল্লবা, চিনি চাবা, থবক কল্লা শুবা, অশিনবা চাবা, শঙ্গোম অফম্বা, ঙা চাবা ফত্তে।

টাকি

টাকিগী হিদাক – রস কর্পূর, রসমনিক, রস শিন্দুর অসি ঘীদা খোইরুগা শোক তৌদুনা মোলোম লৌও। অনাবা পুম্মক ফৈ। নুংদা থাগদবা হিদাক্তি – রোং ১, চাইফোর মসুং ১, ধা মানবী, নিংখৌখোংলি রাই অমা অসিদা নমগদবা শিতামিশ্রি, কর্পূর হাপ্তুনা মুন্না ফুংলগা খরা খরা থক্কনি। ধাতু ফৈ খঙও।

১ রস কর্পূর, ২ রস শিন্দুর, ৩ রস মনিক, ৪ মুদ্রাসঙ্খ, ৫ নোংদা ভস্ম, ৬ মচাফর, ৭ তিনশিবী, ৮ রোং, ৯ গুন, মাপন অসি তিন্দুনা গুলি তাও নোংমদা ১/২ পিজৌ তাকি ফৈ।

সুপারি অমা ঈশিংগা য়ান্নদুনা নুঙদা তক্কগা মহী অদু তৈরবদি চাথংপা অদু কংশিল্লি।

বোরোই মরাগী মকু, অক্কোং মরাগী মকু, খুচুম পেরেগী মকু, চরোইদোং চাং চপ মাম্ননা লৌরগা তিনশিন্নদুনা মৈ থাগনি। মৈ থাবগী মৈখু অদুদা হকচাং লিঙ্গনা য়াইরবদি চাথংপা অদু থুনা কংশিল্লি।

নমপুচম লাই

নমপুচম লাই — মোইরাং ওকথোকতা মাঙয়ে, পাস্ত্বেইবীনে। হিদাক্তি — ফি অমুবা ১ মদা, হৌদোঙ মতুনে, উচিগী মখীনে, মৈতাম্বে য়োল্লগা অনাবদা কিও।

লাইসোলদি — লাইরেশ্মা নুঙকোয়নু তাকুপ তাকুপ্পীও হায়া সোলও। নাকফঙ ২ মদা তমপা লাইয়িংখৌও। কৌপারেল মচা অহালবা সোংলেস লালথাবাও। অকনবগী কনথোইবা সীঙচীল সৌচীল খৈবিক পুথোকপা লাইয়িংখৌ কোনসৌরেনও। মহাক চাংলববু ওম্বীও। নমপুচমদা য়েলহীংথাও।

খোঙ খুং চিংশিল্লা নারবদি নমপুচম লাইনে। লাইপুদি খুলদিলবীনে, যুমজাও লৈমনে। মমিংদি — য়া তেদবী তোয়দবী সনা কোম্বুও। হিদাক্তি — চোংখান মহী, চীনারা মহী ২ মা তৈও।

নহারাই

মাইরোংবী মনা ফুডুনা ইকরগা ফৈ।

নাই তাবা

মৈতৈ য়াইঙং মহি তোলা অমা হৈমাং মহি তোলা অমা শঙ্কোম অনৌবা ছটাক অমা তিন্নদুনা দুইবেলা পিথকউ।

শঙ্কোম, চন্দন থাও, মৈতৈ য়াইঙং মহি পিথকউ নাই তাবা ফবনি।

চিনি খরা খোইহি খরা হাপ্পগা তেরা মবাগী মহি তোলা অমাগা তিন্নদুনা চারবদি নাই তাবা পুন্মক ফবনি।

চিনি তোলা মখাই অমগা লোইননা পাস্কোং মপাল তোলা অমগা তোংগা ঈশিং অইংবগা চারবদি, নুমিং খরনিগী মনুংদা নাইতাবা পুন্মক থুনা ফৈ।

খোংনাং মনপনে, চিনিনে তোলা মান্না তিন্নদুনা চাবীরবদি, নাই তাবা পুন্মক ফৈ, পাস্কল কনবা হেল্লি।

নাই তাবা

নিংখৌখোংলি মহি নত্রগা মপং অদু খোইহিগা লোয়নদুনা চারবদি নাই তাবা ফবনি।

মৈতৈ য়াঙং মহিগা খোইহিগা তিন্নদুনা থকপিউ। মখল অয়াস্বা নাই তাবা পুন্মক ফবনি।

শিংগারৈ মনাগী মহিগা শঙ্কোমগা থকপা কান্নৈ।

নাওফম তাদবা

নুপীনা অঙাং উনবদা নাওফম তাদ্রবদি – কিহোম অশংবা কুপ্পা শুরগা থোইদিং অমুবগা শুরগা, লরাই শম খরা চপথংলগা থোম্মু পুং অহ্মগী মনুংদা তাগনি।

নাওফম চিংনবা

গুনমরিচ মরু মঙা তরুজং কুপ্পা তকখাইরগা ঈশিং খরদা থাদরগা মৈদা লোম্মু অদুগা থকপা য়ারবা মতমদা খরদং থকউ নাওফম চিংনবগী কিফম লৈত্রে।

নাওফম চিংনবা

নাওফম চিংনরবদি – ককচেং হুহুনা চংপা অমা, লৈশৌপুঙ শৌকংতরবগী লৈপাক, লেল হালনা তাবা অহুমা তক্তুনা নাওফম মথক্তা নমনা তৈও। অসি লৈতরবদি য়েরুম অমা মচীন থুখায়দুনা কোনয়াই পুমা লৈ হাপও। থোঙ মমাঙদা চেং য়াওনা থাও তাগদবনে।

নাকতোল লম নুংদা পোম্বা

নাকতোল লম নুংদা পোমলবদি – কালিচিরা, চানম, উনায়াল মাকু, ফদিকোম পাখোল মাকু, চাইফোর, রোং, গুমুয়াই, কেকেমালবী খাজিক হাপও। কুপ্পা তকও, ঈশিংনা তোংনা লাসিং মরু মারম তাদনা অয়ুক নুংমিদাং অমমম চাও।

অসিনা ফওরবদি – অনাবা মথক্তা খুদোল মরিরমনা ঈ-লৌথোকও। অনাবদো খরাকোয়না সালপোকহল্লো।

নাক্কন য়েং চিংবা

নাক্কন য়েং চিংলবদি – খায়তেম লাইনে, য়ুমমাঙ কাদা মাঙয়ে। খাবী লেংমোমবীনে নাওহলবীনে হয়না সোলও। হিদাক্তি লৈ খৈবিকী তাঙকোইগা তৈও। নাক্কন ওই চিংলবদি নীংঙোলবম লাইনে। লাইদি লীক্লাইচা নোংতংনুনে, সমমাসোক লমখলনে। লাইসোলদি – ঈচিংও লাইরেশ্ববু গুমও।

নাকতোন অনি চিংনা নাবা

সংত্রৈ মনা নোইরগা কংলা তৈরা কংলা তৈরা তৌরবদি ফৈ।

নাচলনা চিকপা

য়াইবি শগাইদগী লৌখরগা তক্তুনা তৈও।

নাকোঙ তাথীবা

নাকোঙ তাথীবিদি – মেল্লৈগী মথোকপু ঝায়মরম কক্তনা নাকোঙদা খীলচীলও। তরেঙয়োং মৈদা ইকও, ঙাঙলবদা খীলসীলও মনুংদা চেংমরম ফাও-ও। ঙাঙতুরেঙ মীহিংচী হায়না শোলও। থরোই মহীনা ঈশিংনা হৈদুনা শোলও ফৈয়ে।

নাকোং তাথীবিদি – হৈকপোপ, চানম, উচাল, নুংমুচেঙ, চুহীনা ফুতুনা লসিংনা লুপও, সুমচিলও ফয়ে। লাইসোলদি – ঙাঙতুরেঙ মীহিংচী হায়না থবোইমনুংদগী মহীদা সোলদনা হৈজিলও ফয়ে।

নাকোং লাইখুন

নাকোং লাইখুন তৌবিদি – উয়ুম মশা মচা অমা নুংশা হোন্দনা হেকউরগা যান্না কুপ্পা চিকখাইরগা, নিকপিরগা যুমথক্তা হনকৎলু। মানা কংলগা ফগনি।

নাকোং নাবা (লাইখুন)

যান্না ইংবা, লাইথোকখিবা ম্যালেরিয়া অরুম হৌখিবা, নাকোংদা ঈশিং খোমনচিংবা চংখিবা, কোক্তা ঈ নুংশিং হাইগৎপা অসিনচিংবদগী নাকোংদা অনাবা মখল অয়াস্না পোকই।

হিদাক – নাকোংচিকপদা সমক্ৰ ফেনা দুকান্দা ফংই। মকুপ হাপলগা ফৈ।

জমেল (হরিতাল) শল ময়ুংদা তরুগা হাপলবিদি লাইখুল ফৈ।

শিং মহি তোলা মখাই খোইহি শিকিগী মরুম সৈন্ধব লবন চংনিং অমা, থোইদিং অমুবগী থাও শিকিগী মরুম অসি তিল্লদুনা লুসু লুসু শাহল্লগা নাকোংদা হাপলবিদি নাকোং চিকপা, যৈশিনবা থোংবা ফৈ।

হুঙ্গামথাওদা থরোই নিংখাবিগী মতোং ঠৌদুনা নাকোংদা হাপলবিদি লাইখুল ফৈ।

হামেংগী ময়ুং নাকোংদা হাপলগা নাকোং চিকপা লাইখুল ফৈ।

লশিং মনাগী মহি শুমজিল্লবিদি নাকোংঙংবা লাইখুল ফৈ।

ফদিগোম মনা অনৌবগী মহি শুমজিল্লবিদি লাইখুল ফৈ।

হামেংগী ময়ুং নাকোংদা হাপলগা, নাকোং চিকপা লাইখুল ফৈ।

শিং মহিনে, খোইহিনে, থুন্নে, থোইদিংথাওনে, হায়রিবা পোৎশিং অসি অমতা ওইনা তিন্নরগা মৈদা শাহল্লগা নাকোংদা হাপ্পবদি নাকোং নাবা ফৈ।

সাজনা মহিনে থোইদিং থাওনে, অনিসি তিন্নরগা মৈদা শাহল্লগা নাকোংদা হাপ্পবসু নাকোং নাবা ফৈ।

নাকোংদা নাচল চংবা

পানা মনাগী মথোক্তা যাইরিগা কুপ্পা সোইদনা য়াম্মা কুপ্পা শুবগা মুন্না ফুংলো। লুন্সু লুন্সু সারগা লরাইদগী হৌনা হিগা য়ৈথও ফবনি। অদুগা নাকোংদা থোক্তক্কনি নত্রগা শিদুনা থি ফাইবদা য়াওরক্কনি।

নাথোকপা

নাথোকপদি — মানা তুমলিঙৈদা হৈরুক অমা শেমও খুয়াদা থাও। খুয়াদা থাওমৈ অমা থালও মানা খোক্তিঙৈদা খুবাক্লা খংনা থাও, অখংবা অদুদা মাঙলে। অমরকহ্মা তৌও ফৈযে।

নাতোন চাবী

সিদ্দিক্লে গুনমরীচনে তকখায়দুনা ঘী হাপ্পুনা থাওমৈ থাদুনা ঙাল্ল ফবনে।

চ্ছই মরুনে, হিদাক মনাগী মহিনে তিন্নগা তৈয়ু, নুমিং মরিনি শুবদা হৈবী মনা ফুংলগা পিথকউ। নাতোন চাবী ফবনে।

চেংকবোক, মেত্রুক, মনাই মৈ ইকপনে অহ্ময়ক কুপ্পা তক্তুনা লশিংদা তোংতুনা মৈখু চংহল্লু নাতোনচাবী ফৈ।

নাতোল নাহি থোকপা

থেং খোৎখিবা, থবক য়াম্মা বানা শুখিবা, কোক্তা ঈ য়াম্মা হাইগৎপা, লোক খুবা, নুপীগী থাগী খোংগাপ লেপপা, নুংশংগী ঈ থিঙ্গংপা অসিনচিংবা মরমদগী লাইনা অসি তৌই।

শাজেন — খুং অনি থাঙ্গংতুনা কোক্তা থল্লবদি ঈ খকখিবা য়াই। হজ্জাম থাও অশেংবা নাতোন্দা চিংশিল্লবদি অমসুং ঈশিং অইংবদা ইরুজবা কামৈ।

কফেই মপাল নত্রগা মনা ঈশিং য়াওদনা শুগাইবগা মহি লৌদুনা নাতোন্দা চিংশিল্লবদি নাহিথোকপা ফৈ।

কোক্তা ঈশিং অইংবা য়াম্মা হৈবা নত্রগা নাতোন্দা ঈশিং অইংবা চিংশিল্লবসু নাহি থোকপা ফৈ।

তিংথৌগী মহি নাতোন্দা চিংশিল্লগা নাহি থোকপা ফৈ।

নাপীনা সোকপা (লিলনা চিকপা)

নাপীনা সোকপাদি — খারম লৈসোক মনা কুপ্পা সুরগা থুম ময়োন খরা হাপও। মচীন্দা থোমও হ্ কাবা হৌনদরে।

নাহি তাবা

হ্জাম মরু তিংখৌ মতোলগা পুরা শুগাইরগা মনম নমলবদি নাতোনগী নাহি তাবা ফৈ।

নাপংবা

না পংবদি — হ্জাম থাওদা মোইবুং মবৈনে, লিকোলনে তকুনা নাকোংদা হাপউ ফৈয়ে। থাংনা য়ানবদি য়াইঙংমহিদা হাপুনা থোমও ফৈ।

নাপংবগীদি — চানম, হৈপোপ, উচালল নুংমাচেঙ চুহী ও মা ফুংতুনা লসিংনা লুপতুনা সুমসিল্লো ফৈয়ে।

লাইসোলদি — ঙাতুবং মিহিংচি হায়না থমোই মনুংদগী ঈশিংদা সোলদুনা হৈসিল্লো ফৈয়ে।

নাতোন মনুংদা পোম্বা

নাতোন মনুংদা পোমলবদি — কাললিচিরা, চানম, উনায়াল মকু, পাখোল, ফদিখোম মরু, জাইফোর, বোং, ঙামুয়াই, কেকেমালবী খিজিক হাপও, কুপ্পা তকও। ঈশিংনা তোংতনা লসিংমরুমরম তাও। অমুক নুমিদাং ১/১ চাও।

নারবদা মিৎচিল্লবদা

নারবদা মিৎ চিল্লবদা — থোমগদবদি ঈশিংদা চফু ১ তিংখৌ মপোপ ও হাপও। লাইসোলদি — সনা মিৎতারেঙ মিৎনহা হারেংবা মিৎ সনা লাকও হায়না শোলও। বানা নাবগী হীদাক্তি হৈনীং থাকও। চাকথাক্তি ঙানু ওইরবসুঙ, ঙা ওইরবসুঙ মপুম ও না নুমিংপু নিও। সাইচুমদা লাতোল ১ থাও। নংনা তালথোকপিও। হিদাক্তি ঙানু মসীংখা থাকও।

নারেঙ

নারেঙদি নুঙসীন থাকও ফৈয়ে।

নিঙথিবা লাই

হৈনৌজোম মরা, যোংচাক মরা, লোং, জাইফোর, উচাল মরেক, মেত্রুক, ওকহীদাক অসি খৈবিক তকও, শলমুংনা মহী ওইও। লসিংমরু মরম তাদুনা ১/১ চাও। পুন্মৈমালবী কোম্প্রেক তাওপ্তা ২ মা ফুংতনা থকও ফৈয়ে।

নিঙথী লাইগী হিদাক্তি— হৈনৌজোম মরা, যোংচাক মরা, হীঙ, যোং চাইপোন, উচান মরেক, মেত্রুক, ওকহীদাক অসি খৈবিক তিলনা, শলমুংনা মহী ওইনা লশিং মরুমরম তাদুনা অমমম চাও। পুন্মৈমানবী মরা, কোমপ্রেক তাওপ্তা অনীমা ফুংনা থকও ফৈয়ে।

নুং তানবা

খোমদুম খোমখা মরু ৭ গুন মরু ৭, চা চন্দোন, গোপিতন্দন খোইহি অসিতিল্লাগা পিথকউ নুংতাই। লমকারোং মরুনে অমা তংখাই তকপ। চুঙৌগী মহিনে, হকথি খলবীনে অহুম অসি তিল্লাগা পিথকউ অসিসু নুং তায়ে খঙও।

ইরাই নুমিত্তা হৈরুক অমা পানা তাঙগা অমা, কোনয়াইমা পুদুনা থারোই পীচুপমাখোঙদা বাঙিন তৌঙ। থাঙসা নুমিত্তা নিংসা হোন্দনা ফুকও। তরুগা পিথকও নুঙ তাবনে, খঙও।

নুংদা শাওগৎপা

এন্দেম অমুবগী মরু, উরোইপান লৈনস্বা (চা চন্দোন) উরেংবা (আগোব) উশিংশা (রক্ত চন্দোন) মরম অসি চাং মান্ননা তরুগা চাং তংখাই অমা তিনশিবী মরুগী মহিনা ওইরগা নোংমদা অহুম অহুমলক থকউ।

নুংশিং অপাইবা

চীংনাচল মচুম পিথকউ, মশাসু পিজৌ নুংশিং অপাইবা ফবনে।

নুংশিং অপাইবী (হিংচাবী)

রাম তুলসী মনা মনম নমদুনা তিন যোংলু অদুগা মনাদু নোইরগা নুংঙাইতবা মফমনচিংবা হকচাং মফম অয়াস্বদা তৈমু ফৈ।

উচুংলোইনে, হনুরৈ, যাইঙং অহুম অসি গ্রহন তেরিঙেদা লৌরগা যন্ত্র ওইনা শিবিমু হিংচাবী চংবা ওমদে। নত্রগা শলথক মরা, হৈজাংমরা অনিসি যন্ত্র ওইনা শিরবসু ফৈ।

নুংশিংকী অনাবা

নুংশিংকী অনাবা মথে – ধী, চিনিদা ত্রিফল খুদোল ও না চপ্পা মফোলগা তোড়ুনা নুমিদাং তুমলমদাইদা চাবা ফৈ।

নুংশিং অশাবা খুলাই-লাইহৌ (ডুকুটী)

অনাবা হেক হৌরকপগা – নোংমাংখা মনা অদু ফুংলগা নত্রগা নিম নত্রগা শৈজাক মনা চফু ঙাংখা অমদা ফুংলগা, অমোনবা ফিবুল অনি শারগা চফুদা মখুম খুমউ। অশাবা মনিম ফিবুলদা চংলবা মতমদা ফিবুল অনিদুনা শিন্দোক শিজিনি তৌদুনা, কোজুগী মইমিং, থবাক যৌবা, লুখমদগী নিংদু যৌবা ফাওবা হিগা য়ৈবিউ। মতমদি – অয়ুক অঙনবা নুমিদাং ইংথরক্কদা তঙনা তৌবিউ। মনিম অশাবদু মনম নমদুনা নাতোন্দা চিংশিহল্লু। নত্রগা ময়াং থুম খাংঅমদা ভৌরগা ফি অমোনবা অমদা পুন্নগা য়ৈবিয়ু, লৈঙেইসু য়াগনি। চাক্তি পিজরোইদবনি অনাবনা ইক্ষিফাওবা।

হিদাক – শিংমহি তোলা অনি শেম্পাং কাওথুম মরুখরা, যাচন্দন অতকপা মহি তোলা অমা, গুনমরিচ মরু তরামুক, উহনগী লেম্ফু ফুল্লগা চন্দোনগী মতৌগুয়া তকপা তোলা অমা, লতাকুটী অতকপা তোলা অমা, লফু কারক্তা লৈবা তিল্লোক খরা তকখাইদুনা পুন্নমক নৈখাইরগা পিথকউ। ডুকুটীনা থবাক ফাবা, লাই উংনবা পুন্নমক ফদুনা মী অদুগী অনাবা থুনা ফবনি।

কবোখজি, লুপাহিদাক কবোক, যাইফর, লতাকুটী, কৌত্র যাই, খোইহি তোলা মামনা তরুগা নোংমদা অনিরক পিথকউ ফবনি।

গুনমরিচ মকুপ খরা, তেখাও যাইখু অতকপা তোলা অমা, শিং মহি তোলা অমা, কর্পুর খরা মৈতৈ থুম মৈ ইকপা খরা, মৈতৈ যাইঙং তোলা অমা, খোইহি খরা, লৈপুং খাংগা মচা মরি মঙাদং নৈখাইরগা পুন্নমক তিন্নদুনা থরুবাদি থবাক্তা ফাদুনা মরোল থোক্তবা, লৈয়েং ফাপ্তবা ডুকুটীগী মখল পুন্নমক ফবনি।

উচি শুম্বল মহি, পেরুক মহি পুংফাই মহি, শিং মহি, মৈতৈ যাইঙং মহি, গুনমরিচ মকুপ, খোইহি তোলা মামনা তরুগা, পুন্নমক তিন্নদুনা থকপিয়ু। ডুকুটী ফবনি।

তেখাও যাইখু মহি তোলা অমা শিংমহি তোলা অমা, গুনমরিচ মকুপ খরা কর্পুর খরা, খোইহিগা থরুবসু ফৈ।

মুকপ্তম্বী, গুনমরিচ, শিং খোইহি যাচন্দন, কর্পুর পুন্নমক তরুগা থকপিয়ু ডুকুটী ফবনি।

অনাবসি অহানবদা নিথম চন্দুনা চেং খৈবগুম নিক্কনি, মইমদা মশা অদো মৈগুয়া শারক্কনি, থবাক চাকএ, পুক শাওগংলে, কোক ঙাওরে হায়রক্কনি। মতম অদুদা লবাইদা ঈশিং হৈবীয়ু, ঈংঙে হায়রবা মতমদা তোকপিয়ু। অদুগী মতুংদা হিদাক থক্কনি।

হিদাক্তি – শিংমহী, রাম তুলসী মনা মৈতৈ তুলসি মনা খোইহি উচান মচি তরুগা পুং খুদিংগী গিলাস তংখায় অমমম থকউ। ঈশিং বৌরাংলবদি ঈশিং অশাবা গিলাস অমদা খোইহি চামচ অমা হাপ্পগা পীথকউ।

লবাই শারে হায়রবদি – চেংহী ফিজেৎ অমদা লুপ্পগা লবাইদা তোয়না হাপ্প। চাক হৈরা তুম্মোইদবা পোৎ পীজবা যাদে। চাবোল খোইহিঈশিং অশাবা পিথকপা যাই।

অনাবা অসিগা মরী লৈননা শৌজদা অহম নত্রগা মঙা পোমথোকলমগনি। ঈশিং নুংশিং, চাকথাও, উনশা তোংশা, ঈরি মঙা অদুগা শীংলী মঙা অদুনি। পুকনুংদা মৈ, ঈশিং, নুশিং খোঙচৎ চুমলক্তবা থিবোং থিরিন্দা, অপুম অশা লৈরকপনা মীদা চাকপা কাকফৈ অমুনবা মওং মাম্মা অহম নত্রগা মঙা লৈগল্লি। অদুবু শৌজ ফুগ্রি থোকই হায়না চংনরি। মদু কাকয়েন খুজিল হায়বা তিজ্জৎ অদুনা খরা খরা মতোন্দা হন্দুনা ঈ খরা খরা লৌথোক্কা, নোংমাংখা মনাগা কেরোসিনগা অচাথাওগা তিজ্জগাহাপ্পদা মপা লৈতনা ফৈ।

নুপীগী ঈ চংপদা

নুপীগী ঈ-চংপদা ঙাখা অতেকপা ঈশিংদা চামদনা পিথকও ফবনে।

নুপীগী ঈ-য়াম্মা চংপা

নুপীগী ঈ-য়াম্মা চংলবদি – হনুরৈ মনা শুদুনা মহি লৌরগা থুম মৈদা ইকপগা অনি পুন্না পিথকউ ফবনে।

নুপীগী ঈ-খোং কায়বা

নুপীগী ঈ-খোং কায়রবদি – যাংলিগা, উচান মচিগা, মায়েকফাগা ফুংলগা পিথকউ, ঈ খকপা ওহুনি।

নুপীগী ঈ-হেমা চংপা

চেংক্রুক মহী খোইহীগা থরুবদি নুপীগী ঈ-কা হেমা চংপা ফৈ।

হৈক্রু মহি তোলা ২ লৌরগা চিনি অঙোবা হাপ্পুনা থরুবদি নুপীগী ঈখোং কায়বা ফৈ।

খোংক্রুম অশাবা অমসুং চিনি অঙোবা চাংমাম্মনা লৌরগা খোইহী হাপ্পুনা থরুবদি ঈ-হেমা চংপা ফৈ।

নোংমাংখা ঈশিংদা ফুংলগা মহী অদুদা খোইহী সিদ্দুর হাপ্পগা থরুবদি ঈ-হেমা চংপা থুনা ফহল্লি।

নুপীগী নাওফম চিংনবা

হিদাক — খুদোনবী অমদা শম্মা য়েংলগা শম্মা পুময়েং য়েংপা খুদোনবী অদুনা চাপোকপী অদুগী মঙকশমদা মিনিট ১৫গী মতমদং তরুবদি নাওফম তাই।

চাপোকপা লোইরগা ঈ-য়াম্মা হাথবদি খুনু মথি অকংবা মকুপ চংনিং ২গী চাংদা খোইহি খরগা পিজরবদি ঈ যাম্মা চংপা ফে, মসি নোংমদা অহ্লক পিজগদবনি।

নুংশিং চুম্বা

কাবথুম, নোংমৌ খোংলী, পোংপাবাচা, হিদাক মপাল, সাকোন হিদাক মপাল। কাবথুম, নোখৌলীনে ২ মদি চাং পাঙখক মান্না তমও। অনীমনা চৈ অনী সুবদি পোংপাবাচাদি চৈ ৫ হাপও। অনীমনা চৈ-সুবদি পোংপাবাচাদি চৈ ৯/৫০ হাপও। সাকোন হিদাক্কা হিদাক মপালগা অনীমদি অহ্লম্বকী মতীকয়েংনা হাপও। অদুগা মঙামা অসিবু কুপ্পা সুবগা ফু অমদা হাপচিলও, মখুম চেংনা খুমও। অদুগা লৈপাকনে, রাইনে তোংনরবগা ফু অদুবু কোনফুকুয়া য়োমচিল্লো। অদুগা হিদাক অদুবু তাঙ্গোই ওইনা মৈদা ইকও অদুগা হিদাক লৌথোকও। নুঙদা কুপ্পা তরুবগা অযুক নুমিদাং খরা খরা চাও নোংসীং চুময়ে চাক চঙয়ে সা-নোযে খঙও।

নুংশিং চঙবা

নুংশিং অপাইবা চঙলবদি— হোংলু মারানে, পিথ্রাই খুদোপনে লং অহিংবানা য়েংলগা ফুত্তনা থকহল্লো।

নুংশিং চংনবা

হকচাং মনুংদগী নুংশিং শৌজথোঙদা লৌকপিগে হায়রবদি— গঙ্কুক, য়াইঙং মকুপ, কলানিমুক, শিং অকংবা পুম্বমক তোলা মান্না কুপ্পা তরুগা লফোই হাপ্পগা গুলি হরাইমঙ্গল মরুম চাওনা তারগা অযুক নুমিদাং অমমম চাবিউ নুংশিং চংপনি।

নুপী চাপোকপা চিংনবা

হিদাক্তি — নুপীগী মিরোনবা থা ১০ শুরকপদা য়েংরবদি (নাওয়েকুয়া) শিংখা তোলা অনি শঙ্কোম অনৌবা পৌরা অমগা ঈশিং সের অমদা ফুংপনা পৌরা অমতা ঙাইরগা পিথরুবদি নত্রগা শিংখানে, যষ্টিমধুনে, উচামে শঙ্কোয়া ফুংলগা থরুবদি গৰ্ভদা য়েকপা ফদুনা গৰ্ভঅদু লেংদনা লৈ।

পোল্লমদাই লাইওং - ঙাইহাক লৈতনা থি-য়ুং ফাইনিংবা ওবা নত্রগা ওনিংবা হকচাং নিকপা, অথুপ্লা হকচাংগী ঈ-ঈশিংনচিংবা তারকপা অমসুং য়েকপনচিংবা তৌরকই। হায়রিবাসি তৌরবদি ঝুঙদা করিগুন্মদসু খুকউ ফাওবা নাই। মিনিট ১৫ দগী ৩০ ফাওবা অমুক অমুক নারকই নারকপা য়েকলকপদা হায়রিবা ঈশিংনচিংবাসি য়াওই। হায়রিবা মওং অসি তৌরবদি নুপী অদুবু মথোং তিংথোজুনা লোংনা হিপহল্লগা মপুজ্ঞা থাও অমসুং ঈশিং অদুগা অথুপ্লা হকচাংগী মাইগৈ মরিদু য়ুবিথাও তৈবিগদবনি অদুদগী অফবা মাইবীদা শিল্লবীগদবনি। হায়রিবা ফিভম অসিগী পুং ৫/৬ কী মনুংদা অঙাং পোকত্রবদি মখাদা ইরিবা হিদাক অসি তৌবিগদবনি।

নোংমাংখা পান্ধী মচা অমা লেম্ফুগা মরাগা লোইননা চাপোকপীগী মঝাংদা পুনবিববদি ইরা বাদনা অঙাং পোকই।

লিনগী মকু মৈ থরগা উং অদু মিৎতা তৈরবদি য়ান্না থুনা অঙাং পোকই।

কাঁজি সিকি অমগী মক্কম নত্রগা জালি সিকিগী মক্কম ঈশিং থরগা নৈখাইরগা পিথক্কবদি অঙাং থুনা তাই।

কাঁজি - অঙনফৌগী চাক সের তরানিথোই মখাই ঈশিং সের ৬৪ দা তিঙদুনা মখুম খুমদুনা নুমিং ৭ নি থল্লগা চুমথোজুনা থন্না অদুবু বৈদা শাস্ত্রদা কাঁজি কোই।

জালি - হৈনৌ অশংবা তজুনা মাদুদা হক্কাম মরু থুম ঙৌরগা হিং হাপুনা শেংনা থন্মদুবু জালি কোই।

নুপী থাগী খোংগাপ কাইবা

হকচাং ফরবদি নুপী হায়বসি নুমিং ২৮ নি লৈর লৈরগা করিসু নাদনা থাগী লৈ শাংলি। মসি কাইদুনা নুমিং অসি শুদ্রিঙৈদা ওইবা নত্রগা থা ২/৩ সু লেপ্লগা লাকপা মচু ওল্লোক ওল্লোকপা লাকপা চাংদম হেন্না হায়বদি নুমিং হেন্না লৈবা লিকপা য়েকপা, থিনবা অসিনচিংবা নুপীগী মশা ফত্রগা তৌই। নুপীগী ঈ-গী লাইনা অসি মখল য়ামই। মদুদি - (ক) ঈ হেন্না চংপা (খ) ঈ-য়ান্না লিকপা (গ) ফিঙৌ চংপা (ঘ) ঈ-য়ৈখংপা অসিনাচিংবা। চুল্লগী নুমিং ২৮ নিদা লৈ শাংপদু মতুং নুমিং ৩নিদগী ৫ নি লৈ, ঈ পৌরা অমদগী ঈ-পৌরা অমা মখাই ফাওবা ঈ-চংলি। মসি নত্তনা অসিদগী হেন্না ঈ চংপা নত্রগা থা অমগী মনুংদা হেন্না হেন্না ঈ চংতুনা লৈরবদি মাদুবু ঈ হেন্না চংপা কোই। অদুগা ঈ য়ান্না লিকপা লৈ শাংপা মতমদা নত্রগা লৈ শাংকদবা নুমিং ৩/৪ নি রাংলিঙৈদগী হকচাং নুংঙাইতবা য়েকপা থিনবা লেংবা ঝাংদগী নিংজোলফাওবা অদুগা কময়া মশাং অদু য়েকপা লেংবনচিংবা তৌবা অদুবু ঈ-য়ান্না লিকপা কোই। অদুগা অটৌবা মচুগী মতম অয়ান্দা খরা খরা উদুনতা লৈবা অদুবু ফিঙৌ চংপা কোই। অদুগা মশা নাদুনা শোন্দুনা ঈ থাংদবা খংহৌদনা অইংবা নংবা অরাবা নংবা নত্রগা পুকনিংদা য়ান্না অরাবা রাখল খনবা, নত্রগা ঈগী খাওগী অনাবনচিংবা মরমদগী থাগী খোংগাপ (লৈ) লেপখিবা অদুবু ঈ য়ৈখংপা কোই।

অক্সোং অঙৌবগী মরাগী মকু তোলা অনি গোলমরিচ তোলা মখাই ঈশিং অয়োকপগা তক্কুনা নুমিং নিনি হুমনি পিজরবদি ঈ-চংপা ফৈ।

অযুক্তা নুমিং থোকত্রিঙৈদা ইরুজরগা ফি অচোংপা শেংতুনা শম কংদ্রিঙৈদা শাগোলহিদাক অমুবগী মরা মরিদং শাইদুনা মহি অদু চাগদবনি। নোংঙাললমদাইদা চাক থোংদুনা চাক অদু ঈশিং তিংদুনা থল্লগা শঙ্কোম অফহ্না মহি লাংতক তৌবা জাং মাদু ফংদ্রগা শঙ্কোম অফহ্না মপাল য়াওনা ঈশিং তিংবা চাক অদুগা তোংতুনা চাবা ওম্বা মথে চারাবদি নোংমদসু কান্নবা খংগনি। অযুক চাবা অসিদা থুমগা য়াওনা চাবা ফঙে। অনাবা অদুনা চহি অদুক য়াম্বগী মতুংইল্লা শাগোলহিদাক মরা অদুসু মশিং য়াল্লা শাইদুনা মহি চাগদবনি। হায়বদি-চহি ৫ শুরল্লবা অনাবা ওইরগা মরা ৫ চাগদবনি।

মপাল শাট্রবা (অপিকপা পাম্বা) হৈখাগোন্ধী মরা খ্বাংদা পুন্ডুনা থল্লবসু ঈ নুশিং হেনবা ফৈ।

টিনগী খুদোং অচৌবা (টব) অমদা ঈশিং অশাবা হাপ্পগা থাগী খোংকাপ লাক্কদবা নুমিং ২/৩ নি মমাংদগী হৌনা চয়েল অমা ফমহল্লবদি ঈ লিকপা অদু য়ামনা বাদনা ঈ চংলি।

মথক্তা হায়রিবা খুদেং অসিগুম্বদা ঈশিং অইংবা হাপ্পগা থুম খরা হাপচিন্দুনা খ্বাংফাওবা লুপ্তুনা পুং অমগী মতম ফমদুনা লৈরবদি হিদাক তৌদ্রবসু ফিঙৌ চংপা ফৈ। মতম খরা অসুম তৌবা য়াল্লা ফৈ।

অফবা জয়ত্রি নোংমদা পানা চাবদা ৪/৫ রক হাপ্তুনা চয়েল অমরুম চারবসু ফিঙৌ চংপা ফৈ।

ক্লা অশংবনা পানা চারবদি ঈ য়েখংখিবা লাকই।

থোইদিং অমুবা তোলা ২ ঈশিং সেরমখাই অমদা ফুংপনা পৌরা মখাই অমতা ওইরগা থাংথদুনা চিনি খরা শিংখা মকুপ, উচিখি মকুপ, হিং, গোলমরিচ মকুপ অসি য়ামদুনা তোলা অমা থাদদুনা নিতিগী থল্লবদি থাগী খোংগাপ কাইবা, লেপখিবা ফৈ।

হৈদ্রু মহি তোলা অমা গোলমরিচ মকুপ তোলা মখাই অমা য়ামদুনা নোংমদা অনিরক চারবদি ঈ লিকপা য়েখংপা ফৈ।

হৈগ্রু মকুপ তোলা অনি খোইহিগা চারবদি য়াইঙং মচুগী ঈ চংপা ফৈ।

নুংশিংনা নাবা

নিংখৌখোংলি তোলা ১ তেজপাং তোলা ১ লোইয়হ্না লৈ তুলা ১ উরিকশিবি তোলা ১ কৈশুমলাবা তোলা ১ কাংছ তোলা ১ গুন মকু তোলা ১ উচিখি তোলা ১ মরম ৮ সি তিল্লগা বোরোই মকু মরম চাওনা গুলি তাও। কেহুগী য়াল্লা তাগনি খংও। শিজিন্নগদবা অনাবশিংদি – ঈশিং পুকচাং, ঈশিংখোং ঈ-তাবা, ঈতোল ফাইবা, নাহিথোকপা, শাগল শাতোল লেংবা, শলাই খৌয়েং, ফিরাক নোংখুম তাবা, পিরাইদা মতুম পকপা, খোইচিটা উচুক্কমনা লৈবা, ঈপুম পুক্কুংদা কোইনা চেইনা চেলবা, অখিনবা, চপুমলাই, মিঙা

নুশিং ফন্তবা কাবা, খৌচেংখৌরীনাবা, যাংকংবা, কোক ঙাওবা, মশা খিংনা নাবা, পুজা মতুম লৈবানচিংবদা গুলি অসি চাগনি। গুলি অসি চাবিঙদা হৈ, অখাবা, উত্তি চাবা যাদে। ঈশিং অশাবা থক্কনি খঙও।

নুংপান ওল্লবদি

লফু লমাং মহিদা থুম হাপুনা তৈয়ো ফৈ। নত্রগা ঈশিং এঞ্জাং শুরগা থোম্বসু ফৈ।

নোংশি পুকাম

নোংশিং পুকামদি – নোংসারীক মনা, ওকহীদাক মপাল, যাইথম্মা মালবী, কাং মরু, পুন্নেমালবী, মুথ্রবী অসিখৈবিক তজুনা লংমাইয়েনখাগী উতীনা নহ্নেবগা যাই খৈবিকসু ফুন্তনা হকসাং ঙালথোকও অদুগা হিদাক অতঙবা অদুবু তৈশিল্লো। থক্কবদি-হৈনৌচোম মরা, পুন্নেমালবী সুদুনা ঈশিংদা ফুন্তনা থকও। ঈশিং অচম্বদি থক্কনু। চাকসীংনা চাও। সন্তোঙদা হৈরুক অমা কংচাও ঈশিং পুকামদি – ঈশিং অচেনববু হন্তুনা শোকও। ককচেং হন্তুনা কুশ্বা মফম অহ্মগী অমমম ফাও। ঈশিংসু ককচেংসু তকচীলও। অদুগা ঈশিং অদুদা নোংমৈকোবী, শামু ময়া তীঙদুনা থকও। হৈ খৈবিক সুদুনা মহীদা লৈয়ু যান্দুনা হকসাং তৈনা ঙালথোকও। নোংমৈ শীংজং মীমাবাল মারু, শন্দং মশিংখা, চামেন্না য়ান্ননা তৈও। ঈবোক অহ্ম তিনবদা হৈরুক অমা থাও খায়োম লাকও। ইরাই লৈমবু চাকথাও।

নুংশিংনা পুকথিনবদা

থুম, হৈক্ৰু, মনাই, উনিংথৌ মক (বীজ) পোংশিং অসি চাং মামনা কুপহন্দুনা চাবা ফৈ।

শিং মহিগা থুমগা থক্কবসু ফৈ।

নুংশিং ফন্তবা

নুংশিং ফন্তবা ফনবা হিদাক্তি – জমোন্নে মপাল, থোইদিং অমুবা মপাল, কবো মুবোকসি, চিনি অকেঙবা নিকতনা পুন্মাবু তকও কুপনা। খোইহীনা তোংলগা চকপা হৈক্ৰু মাবম চাওনা তাও। অমুক নুমিদাং মরু ২ চাও, ৭নি চারবদি খোঞ্জেল ফৈয়ে। ১৫নি চারবদি সক কুচু ফৈয়ে। থা অমা চাববদি খোঞ্জেল অরাংপা লৈতে। পুকনাবা, অয়েকপা, থারক সাওবা, নমিং নাকোঙ নাবা অসি ফৈয়ে। থা ২ চারবদি মাইহিং লৈবা ঈশিং লাই ফৈয়ে। চাবোক্তবী নুপীনা চারবদি মচা পোকয়ে। কাম মযেং তাদে সম পোকহৌদে মিৎ উইয়ে পুন্সিয়ে।

নুপীগী লাইনা (নুপীগী হিদাক)

চন্দ্রমুখি মনীগী মহি র্কপুরগা তিন্নদুনা পিথকপিউ ঈ-খান্ননি। নোংমদা অনিরক থকপিউ।

ঈছোব গুন ফুংলগা থকপিউ, ঈ-হাথবা পুম্মক থুনা ফবনি। লৈখাম মানবি মনীগী মহি শুমদুনা থকপিয়ু।

পেরুক মহি মৈতৈ থুমগা য়ান্নদুনা থকপিউ ঈ-খকপনি অমসুং ঈশিংথিংবনি। ঈশিং পুকচং ফবনি।

গুনমরিচ তোলা অমা, উচিথি তোলা অমা, চিরাইতা তোলা অমা, শিং অকংবা তোলা অমা, পুম্মক অসি ঈশিং সের ২ দা হাপ্তুনা ফুংলগা ঈশিং সের অমা লৌবিয়ু। মহি অসি লুম্বু লুম্বু শানা অমুক অমুক নুমিদাংরাইরম অমুক পিথকপিয়ু। ঈ-চত্তবা চংপনি থবাক ফুনগংপা ফবনি, ঈ-না য়েকপা থিনবা ফবনি।

বোরোই অকংবগী মকু অদু চিনিগা তিন্নদুনা চারবদি নুপীগী ঈ-নুংশিং ফবনি। হৈক্রু অকংবগী মকুপকা চেংহিগা চারবদি য়ান্না কুইনা ফবা গুমদ্রবা নুপীগী লাইনা পুম্মক থুনা ফবনি।

হৈনৌ মকু, জাম মকু, লুপাহিদাক কবোক মকুপ তিন্নদুনা চারবদি নুপীগী লাইনা পুম্মক ফবনি।

ঈশিংথোঙ য়েংওই পুম্মক চাখত্তুনা মরিক মরিক চাফাংলবদি, ওমশিন্দুনা থম্বীগনু নুংশিং লাংহনবিয়ু। অখাবা পোৎশক ফুংলগা শেংনা শেংনা লুম্বু লুম্বু শানা চান্বীউ। ফি অপাবা মচেং নপ্তুনা অমসুং লশিং নপ্তুনা থম্বীউ। হকচাং অনিমক নপশিন্নত্রবদি পুমথবা অমসুং পংথবা হেনগনি।

ওকহিদাক, কালিজীরা, জীরা, উচিথি, বাসক মকু, সৈন্ধব থুম, যামানি, যবক্ষার, তেলহিদাক মকু তোলা চপ মাম্না ঘীদা ঠৌরগা চিনি য়ু মপং লোয়নদুনা চারবদি যোনিগী লাইনা থুনা ফবনি।

নুপীগী ঈ-নুংশিং মনিং তমদুনা অঙোবা রিতু লৈকাংগুম্বা অমসুং লফুথরো মহিগুম্বা চংপা অদু মশা মশানা চাবা থকপদা যতন তৌবা নত্রগা হিদাক্লো য়ান্না হোংনবিহৌদ্রবদি তুংদা খুদোংথীবা লাক্কলি। অদুগী হিদাক মখল মখল হায়জীর।

রক্ত চন্দন, বাসক মকু, চিরাইতা, উচাল, ফুংলগা নুমিং খুদিংগী নোংমদা অনিরক হম্মা থল্লগা চাবা থকপা মতমদা গারিনচিংবা ইরোনবা চাবিগনু, শোইবুম চাবিগনু থুনা ফবনি।

তন্দল মনা মহি, নুংশিল অশংবনে তিন্নদুনা থল্লবদি রিতু লাকপনি অরুবা হিদাক্লি।

নোংসিং লাই লমথীল

নোংসি লাই লমথীলদি – মৈছম মোরোক সীদা তীওদুনা য়োং অশাবনা চুও। চাখাবা য়োংপোকপা নংগুমও হায়না সোলও। চাপান্দি – কোনয়াই, য়েকুম, কবোক লাভোল ১ দা হাপতনা নোংসিং লমদা থারমলুও। লৈচীল নোংসিং সুবীকুনু।

নোসিং লাইগী লাইপু

নোসিং লাইগী লাইপুদি — সলথোঙ লাইনে, সলনাপাল মরীকও হায়না সোলও। মায়াঙনা কৌবদি আরোক আরায় সীরবাচাও সোলও। মারচাঙবু সোলও, চাঙলাওকুম পালও। ঈশিং ঈপাকথক্তা ডানু থংকোংকুমঙেগী মমিংদি কোংহিংচিংও, লুদা চঙবী কোলনু সোলও। হিদক্তি — মৈখুহিদাক তক্তুনা য়োংশিলও। সীংখা মহীথকও। মপালদা তৈবদি তাংখুল হীদাক, কৈ মহাও, সীংখা মহী য়াওনা নমকন্দা তৈও। চাপালদি লংসুং ৭ লীহিংগী লংসুং ৭ কোনয়াই পু ১ মা। মথম্মা তেকপা রা-না খারাই সাও। লাইয়িংখৌ নোসিংকী মপুও। নংনা নীংখিবীও হায়না সোলও। সুমাইদা ইক্তুনা ফুমও।

নোসিং লাই

নোসিং লাই লমখীলদি — য়াইওইবা খৈবিকপু সুতুনা চেগাইদা ঙ্টোও তকথাও। তকথরবগা শলখীগী মৈখুনা ঙালথোকও। পুন্নেমানবী, মুথ্রবী ঙৌনা অহম্মা ফুৎনা থকও ফৈয়ে।

নুংশিং লাইমল

নুংশিং লাইমলদি — কাংগোল মানা, কুল, লোং, ঈশিংদা ফুৎতনা তৈয়ে থকহল্লো ফবনে।

নুংশিং লাইহৌ

নুঙ্গারৈ অঙৌবা মহী, নিংখৌখোংলী মহী তোলা অমগী চাংদা চপ মামনা লৌরগা, হরিখাগোক মকু, হৈনৌমকু, রাং মকু, উতোংলৈ পাম্বীগী মকু অসিশিংসু চাং চপ মামনা লৌবগা, ঈশিংদা ফুতুনা মহী অদু চুমথোল্লগা থক্বদি নুশিং লাইহৌ ফহল্লি।

নুংশিং হৌবা

নুংশিং হৌরবদি — তিলহৌ, কাল্লি চিরা, থুম, অহম্মা তিমদনা কুল্লি তাদনা চাহল্লো। শলয়ুংদা হিদাক মনা তিঙদনা থবাক্তা থোমও ফবনে।

নুংশিং হাইথনবা

মজ্জে মনা নিংখিজনা ফুৎলগা মহি অদু থক্বদি শুগং শুগৎনা মাংবা ফৈ। অসুম তৌনা নুমিং খরনিদং থক্বদি থবাক্তা ফাদুনা থল্লিবা নুংশিং পুম্মক হাইথবনি।

কাশী চিনি, পেরুক মহি, যেনশিন মহি তোলা মাল্লা থকপিরবদি, শুগৎনা মাংবা ফাইবা, ময়েং তাদনা কংখৎপা, চানিং থকনিংদবা পুন্মক থুনা ফবনে।

কাশী চিনি মারৈ মহিগা তিন্নদুনা থকুবদি শুগতুনা মাংবা ফৈ।

চিনি তিলহৌ মহিগা তিন্নদুনা থকপা নত্রগা কাশীগী চিনিগা, তিনশিবী (লতাকোটী) মনাগী মহিগা থকুবসু চিফেং চিফেং শুগতুনা মাংবা ফবনি।

নোংসীংকী হিদাক

নোংসীংকী হিদাক্তি – খং মরা, চীকাংলৈ মবা, পুন্মৈমালবী, উশিংশা, ওকহিদাক, হিদাক মহি, মুখ্ৰবী অসি খৈবিক তক্তুনা নময়াঙদা তৈও। মাইবা চনমনে, ওকহীদাক পুন্মৈমালবী থামোই খাচীন্দা তৈও।

নোংশিংনা য়াফম থুখা

নোংশিংনা য়াফম থুমহৎলবদি – পুন্মৈমালবী, হঙ্গাম মরা, ওকহীদাক, মুখ্ৰবী মবীমা তক্তুনা লফোই অহিংবা সোইদুনা ফুৎমন্নরগা ঈশিং ওইনা থকও।

নাকোং য়ৈখৎপা

নুংজেং পেরুক মহী শুন্নগা নাকোংদা হৈজিলও। না-য়েখৎপা, লাইখুল ফবা ওম্বনে।

নুংশিংকী লাইথুং

কবো মুরোকসি, উচিখি, কালিচিরা, তেখাও য়াইথু, সেপ্রে পিয়ারংকা, হিঙকুপ্পা তক্তুনা ইরিকসিবী মানা, মানাহৈ মহিপু মৈদা লোন্দুনা তোৎও। তেরা মারুমারম তাও। অয়ুক নুমিদাং অমমম চাও। অসিনা ফবদি লিলসাং চাওবা, পুকয়েকপা, ঈ ফায়বা নুংশিংকী লাইথুং ৮০ মা ফৈয়ে।

চাইফোর, রোং, মানাহৈ অহুম্মা চাং মান্নহল্লো। অহুম্মা তিন্নরগা হিঙগা মান্ননা তমও। আকাল্লা হিদাক্তী মারুক, কবো মুরোকসি, ওকহিদাক, থুম অহিংবা, উচিখি মঙামনা মঙা হেলহলও। হোপ চপাই, চামতরুক, ফদিকোম পাখোল মারুক মঙামনা শরুক মঙা হেলও। ওমনা তিন্নরগা কালিচারানা শরুক ৫ হেলও। হিদাক ওমনা তিন্নরগা শল পুন্মা মুবীগী মাযুংনা তোৎও। লাশিং মারুমরম তাদনা অয়ুক নুমিদাং অমমম চাও। অসিনা ফবদি নুংশিংকী লাইথুং ৮০, লোক্কী লাইথুং ২০, মশিংখাদা থুংবা ৩০ ফৈয়ে। হিদাক অসিনা ফবশিংদি – লমহল থুংবা, কামখৎনা নাবা, নাকোং অনিমা য়ৈশিনবদা ঈশিং অরুম্বদা নোইখায়দনা পিথকও। হারাদি শিং মহিদা নোইখায়দনা পিথকও। ঙাওরবদি ঘীগা তোত্তনা চাও। পেংচৎলবদি হামেঙ মম্বুংদা

নোইখায়দনা থকও। ঈশিংদা নোইখায়দনা মিত্তা হাপও। যাদা তীন চঙলবদি তকখায়দনা উমও। না-তাখিরবদি থাওগা মৈদা লোন্দনা নাকোং নিকও। হকশাং অপুস্বা নিক্রা নাবদি ঈশিংদা থুমগা নোইখায়দনা হকশাং পুম্বামা তৈও। আরাক অখংনা নারবদি ঈশিং অরুম্বাদা নোইখায়দনা পিথকও। য়ুংগা নোইখায়দনা হকশাং অপুস্বা তৈও।

খৌয়ী নারবদি চম্প্রাগা থকও। নাতোন্দসু চিংসিলও। নোংলেপ্তনা লাইহৌ হৌরবদি মুরোক কালচিদা তিঙদনা তৈও। মিৎতা মহিক লৈরবদি নুপী পোকপা খোমদা তকখায়দনা মিৎতা হাপও। পা-হৌদনা মিৎ চোৎনা নারবদি। য়েলখুমিং নাবা, সারৈথুংবা অসিদি সলয়ুংদা তকখায়দনা হাপও। হিংচাবী চঙবা, সারোয় ওরুদনা ঙাওনা ফৈনা নাবদি হিদাক মরম ৭ কী লাফু মহিগা তোত্তনা হকসাং পুম্বামা তৈও, থকসুও থকও। মাচেং অমা সানা হকসাং ফিথুপনাইনা নারবদি সলয়ুংদা তোৎতনা হাপও। লাইকোই থুংলবদি কবোখাচি মাহিনা তোৎতনা তৈও। খোঙখুং চিংসিলনা নারবদি হিদাক মাপুম অনিগা চুহিগা থকও। তুমদনা নারবদি চাচন্দোলগা তক্তনা হকসাং পুম্বামা তৈও। কোক লুম্বা নারবদি চুনে, কবোখাচি মাহিনে নাতোন্দা চিংসিলও। লাইপকতাসুও তৈও। মৈকুম সানা নারবদি চম্প্র মাহিনা তোৎতনা তৈও। রা খৎনরবদি চন্দোল থিলও। মাতীন মায়্যাঙ কংনা নারাবদি পানানা মহি ওইনা থকও। লৈপাক মনু ঈশিং মনু থুংলবদি য়ুংগা থকও। মিৎতাসুও হাপও। তুতুংনা নারবদি চকপা হৈকু মই তিঙদনা থকও। অসাওবা য়ালনা খোঙখুং চিংসিলনা নারবদি সল অমুবা ময়ুংদা তোৎতনা থকও। মারোওরাই অঙাওবা, অঙৌবা থুংলবদি য়ৌপী মাহিনা তোৎতনা থকও। কাম মায়েং তারবদি সলখোম অহিংবদা থকও। খোঙখুং পোমনা নারবদি থুম মহি তোৎতনা থকও।

চাপোকপগী থা অমদা, থা অনিদা নাববদি চিনি অকেঙবা মহিদা তোৎতনা থকও। নাতোন্দসু চিংসিল্লো। যাদা চিকখোৎনা নাববদি ঘী তোৎতনা তৈও। ডৌদা, খাচাইদা লৈদা নাববদি মাপুম অহুম উমও। হু-কানা নারবদি মপুম ৭ উমও, খাচিক খাচিক যোংও। নুবা পাখং লাই থুংলবদি। কালচি মহিদা তোৎতনা থকও। ঈশিং লাই থুংলবদি, লাফু মহিগা তোত্তনা থকও। য়ৈবগী চৈফম পোপলবদি হংকামথাওগা তোৎতনা তৈও। পুকতা মতোঙ-মতোঙ য়েক্রা নারবদি কবোখাচি মনা সুদনা মহি সুমও। মৈদা লোন্দনা তৈও। মিৎ নারবদি সিং মাহিগা তোৎতনা মিৎ কোয়না তৈও। লাইচাক, ঈশিংলাই, লাইকোই থুংলবদি তেংনৌ মখোমগা তোৎতনা তৈও। হকসাং অপুস্বা পোপ্লা লিংনা নারবদি থাওগা তোৎতনা তৈও। উচি সামন মহিগা থকও তৈও। লিলনা চিক্রবদি চম্প্রা মহিগা থকও, তৈও। তীনখাকনাচিংনা তীন কাঙনা চিক্রবদি মংকে মনা, কালচি মাপং, য়াইঙং অহুমগা তোৎতনা থোমও। ঈশিং লাই অচোৎপা, অকংবা থুলবদি, ঈশিংগা তোৎতনা তৈও। লমকাপ থুংলবদি সারামগা তোৎতনা থোমও। লাইথুং অসি থৈবিক ফৈয়ে। হিদাক অসি থৈবিকী মমিংদি ওসখি উপান সিদবা কৌয়ে।

নুং লৈবা

নুংলৈবা ঈশিং য়াফম ফন্তবগী রা হায়গে। য়েনপঙনে মোরোক মরানে উরোক সামনে চুহীনে য়াইঙংনে
৫ মা অসিনা তিন্দনা পিথকও ফৈয়ে।

নুঙ্গাই পেকক গ্রাম চাম্মা ঈশিং লিটর অমা মখায়দা ফুংলগা লিটর মখায়দা ঙায়রবা মতমদা শিতামিশ্রি গ্রাম য়াঙৈ হাপচিল্লু। হিদাক অসি য়াউম অনিগী চাং লৌদুনা নোংমদা মরিরক পিথরুংবদি নুং লৈবা অনাবদা নুং কায়দুনা তাহল্লি।

নুংচাক তাহ্লেক্লবা – লমকারোং মরু অমা নুংদা তরুগা ঈশিং খবা হাপ্পগা মহী চামচ মরি মঙা লৌ। চুঙী মহী গিলাস তংখায় অমা লবক্তা হৌবা হাকথি খনবী কুপ্পা নুংদা শুদুনা ঈশিং খবা হাপউ। পুম্মকসি তিনশিল্লবগা অয়ুক খুদিং থকউ। খুংথক অনি অহ্মলক থকপদা নুং তাই।

খরি মচং হৈকবোপ মহীগা মনুংদা লিক্লোন থাদরগা থকপদা নুংতাই।

নুংশঙ

নুংশঙগী হিদাক্তি – হোংঙু মৈদা ইকও, তাঙ্গোই লৌও। হিঙ রোং চাইপোল কাল্লীচারা খেলচা অসিখৈবিক তক্তুনা অনাবা মহাকপু য়াডুনা লমলেলা মহী ওইও। থাংজ নুমিত্তা তৌও।

নুংদা চাবদি – যাইঙং শিংজু তোয়না চাও, ঈশিং য়াল্লা থক্কনো। পূম্মা কেল্লাবদি চাংজিল খাবা, চাংনীং অঙৌবা মারা, হাওচক নমথিবীগী মহীনা ঈশিং ওইনা নুঙদা তক্তুনা মুকখা যাওনা তোয়না চাও গুমবনে।

শঙ্গোম মপান, থোইদিং অমুবা, চেং অহ্ম অসি তোলা মান্না তরুগা খাবা খবা চাবা খবনা তৈববদি, লোকখুবা নাই তাবা, ককখাইবা পুম্মক ফবনি। নাগেশ্বর মপানগা চিনি অঙৌবা হাপুনা তরুগা শঙ্গোম অশিনবা মহিগা চাবা ফৈ।

গঙ্কুক ঘীদা লোম্লগা অনা অমগী মকমগা ঈশিং অইংবগা থকউ। থি ফাইবা যাদ্রবা নুংশংগী মখন পুম্মক ফবনি। খুদক্তা থি মহি লাংনা ফাইবনি।

অঙ্গোং মখোম, তেংনৌ মখোম, উনাপু মকুপ, পুম্মক তোলা মান্না ঘীগা তোংলগা, শৌজ থোঙগী অপোস্তা যচিন্দা বর্ত্তি তারগা ননশিল্লুনা থম্মু। নুংশংগী নুংশিং অমসুং তিল লৈবা পুম্মক ফবনি।

নুংশংগী অনাবনা থি থিংলবদি, শঙ্গোম মপান্দা যোয়ান মকুপ, শামর হাপুনা চাবদি য়াল্লা থুনা ফৈ।

ঈ-তানা নাবা নুংশংদি, থোঙ চেখাইরবদা মেত্রুক অঙৌবা কুপ্পা তরুগা, ওকহিদাক, গঙ্কুক, ঘীগী শমগা তিল্লদুনা মৈদা থারগা শৌজথোঙদা য়াইউ। স্বাংগী মথৈ ফিনা কোইশিল্লুনা থমউ থুনা ফবনি।

নুংশং ঈ-তারবদি থম্মা অশংবা ওইরবসু থোইদিং অমুবা ওইরবসু ঈশিংগা তরুগা থরুংবদি ঈ-তাবা ফৈ।

মাখোন তোলা ২, সিতামিশ্রি তোলা ১, নাগেশ্বর লৈরিক তোলা ১, হৈক্ৰু মহি তোলা ১, নিংখৌখোংলি মহি তোলা ১, হায়রিবা পোংশিং অসি তিল্লরগা নোংমদা তোলা ২/২ থরুগা ফৈ।

গেবিমাটিবু ঈশিংদা কুপ্পা তরুগা নাগেশ্বর মপাল মকুপ চনিং অমা শিতামিশ্রিগা মাখলগা তিল্লদুনা চারবদি নুংশং মখল পুম্মক ফৈ।

উরিকশিবী মনা অদু ফৌদোক্লগা কুপহল্লো, চিনি অঙাংবা খরা হাপ্তুনা গুলি তারগা নোংমদা গুলি অনি অনি চাবীয়ু। নুংশংগী নুংশিং কোম্বনি।

নোংশংনা শোল্লবদি – চুঙৌগা, অসিসামলগা মহী শুমদুনা পিথকও ফবনে।

নুংশংদি – বক্ত চন্দোন, সিংমহী, যাইঙং মহী তিন্দুনা পিথকউ ফবনে। ঙামু লুকংনে মেক্রেকা কুপ্পা তক্তুনা মৈখু যাইয়ু অমসুং শবেং মতুপ কক্তুনা ঈ-অদুদা ফমউ ফবনে।

ধাতু নুংশংগী হিদাক – সনা হিদাক তোলা ১ লুপা হিদাক তোলা ১ জমেল তোলা ১ কণ্ডক তোলা ১, উচিথি তোলা ১ কেগেমানবী তোলা ১ গুনমবিচ তোলা ১ বোংপাল তোলা ১ চিং হৈক্রু তোলা অমা যাইঙং তোলা ১ লৈপুং খাঙ্গ তোলা ১ শিং তোলা ১ (লমশিং) কপুব অনা (চামচ) অমগী মকম, মুক পান্দিগী মহীনা তোংলগা গুলি তারগা চাগনি।

কেগে মালবীদি মছখবা হাংনবা শঙ্গোমদা ফুংলো।

নুংশংগী হিদাক্তি – হোংঙুগী তাঙ্গোইগা সামু নম্মেলগা তোত্তুনা অনাবদা যান্না তৈও। যাইঙং সিং-সুঙ তোংনা চাও, ঈশিংযান্না থক্কুনো। পুমনা কেল্লবদি চিঙচিল চাবা, চাংনীং অঙৌবা মবা হাওচক নমথিবী মহীনা তক্তুনা তৈও ঙম্বনে।

নুংশং তীলদা গঞ্জা ফুংলগা হীগা যৈয়ু ফবনি অদুগা মখুল মখুল ফাওবসু ফবনি। হিদাক্তি – নোংলৈশং মনা খুবাম অনি হেক্লগা মনাই তবামঙামুক খাযদোক্লগা ঈশিং শেব অমগা মুন্না ফুংলু। নুমিং মঙানি নোংমগী অমুক্তা থকউ। নুংশং ফত্রিফাওবা শিজিন্নৌ।

অরাথবী অমুনবা অমগী মশুং মচা অমা লৌথোক্লগা, মনুংগী মকদু শেংনা লৌথোকউ, অদুগা চিনিঙৌ থল্লা হাপচিল্লগা মশুংদু খুমজিল্লু। নুমিং মবিনি থল্লবা মতুংদা নুমিং মবিনি চাও। অসুম তৌনা অরাথবী অমুনবদু অহুম মবিদং চাবদা ধাতুগী লায়না অমদি ধাতু নুংশং ফৈ। অরাথবী অমুনবা মহিচেনবদু চাববসু নুংশংগী লাইনা ফৈ।

হক্সামথাও অশেংবদা চনম মক শুগাযবগা তোংশিন্নৌ, অদুগা অমাংথোং মনুংযৌনা তৈশিল্লু। থি-ফাইবদা অমাংবা অবিবা লৈবা ঙমদে। অমাংথোংগী লায়নশিং লৈবা ঙমদে। ঈশিং অশাবনা চান্নবসু যান্না কাটৌ।

নুংশংগী লায়না ফনবদি – হিদাক মনা অশংবা নত্রগা অকংবা অমা, কেগেমানবী মনা অহুম, নুংশিল খবা পুন্না ফুংলগা অমাংবগী থোংদা যাইববদি নুংশংনা নাবা ফৈ। ফত্রিবা ফাওবা তৌবীয়ু।

হিদাক মনা অয়াকপা অমদা লং যেংলগা শামু লম্বেল তৈয়ু অদুগা অমাংবগী থোংদা থীনজিল্লগা থম্মু। হায়বিবসি নুমিদাংগী মতমদা তৌরবদি নুংশংগী তীল শি, নুংশং কক্লাইসু ঙমই।

ওক হিদাক মক্ৰ-মবা মনা যান্না রাইমুক শাংলপনা কক্লগা চফু অমদা হাপউ। চফু অদু ঈশিং মতিকচানা হাপ্পগা লৈহৌরা তরেংনা মখুম খুমউ লৈহৌরা ফংদ্রগা লফুরীং মনা তবেংনা খুমউ। মখুম অদু পৈয়ানা

চেৎনা পুন্সগা ময়াইদা খুবীমুক লাওনা হুংলগা মৈদা মুন্সবা ফুংলু। অদুগা থাংথরগা মনিলা অদু অমাংথোংদা য়াইয়ু। হাপ্তা অমা য়াইবদা ফৈ।

নুংশংগী হিদাক্তি – হৈমাং তুলা ৩ গঞ্জা তুলা ১ খোইহিনা গুলি তাবগা চাও। লোংমপাল মরু ৬/৭ হাপ্তবসু য়াই, কালানিমুক পৈশা ৪ গী মাল হাপকনি, কর্পুর মপাক অনিরোম হাপকনি। শিতামিশ্রি অনা (চামচ) গকম মান হাপকনি, থুমপাক মচেং অমা হাপকনি। উরিকশিবি মনা অশংবদু শুগাইরগা হায়রিবশিং অসি হাপ্তনা মঙ্গল মরুমুক চাওনা গুলি তারগা চাও। নোংমদা ২/৩ চারবসু য়াই খঙও।

নুংশংগী শৌজ য়াইনবা হায়গে – ওকহিদাক্রে, কন্তুক্রে, শমনে, মেত্রুক্রে মরি অসি শৌজদা য়াইগনি কন্তুক্তি চেং মতেক মরুম হাপকনি খঙও। নুংশং ফৈএ।

নুংশংগী হিদাক্তি – য়েংদৌ মনৌ, রা-উতংমনা, কংফাল ইকাইথবী, খোক মকু, তাইবেন মকু, নোংলৈশং মকু, উয়ুম মকু, পুংদোন মকু অসি পুল অমদা লাবোন ৭ খুমদুনা মুন্স ফুংলগা শৌজ অদু মনিম্না য়াইও ফবনে খঙও।

নুমিৎ খুদিংগী কুকসিমাগী মহি থক্লবদি নুংশং ফৈ।

চিনি তোলা মখাই অমা, মনাই তোলা মখাই অমা ঈশিংগা তিন্নদুনা তুন্সমদাইদা চাববদি নুংশং ফৈ।

শিংনে লমশিংনে তুলা মান্না তিন্নদুনা চাববদি নুংশং ফৈ।

চিনি অঙাংবা তুলা অনি হরাই চানাগা তিন্নদুনা তিংলগা মনাই তুলা অনিগা তিন্নদুনা চাবিয়ু নুংশং ফবনি।

খোইহি তোলা ১ তিনশিবি মরু ১ এলাইজি ৪ পোৎশিং অসি কুপ্পা শুগাইদুনা তৈরবদি ফৈ।

নুংশং পেরে থোক্তুনা নাইচাবা

চাকরাইশাবী মৈদা মুন্স ফুংলগা সুম্বল অখুবা অমদা হৈজিল্লগা, হৈজিল্লিবা মথক অদুদা ফমজিল্লগা মনিলা অদুনা য়ৈহ্লবদি ফৈ। ফল্লিঙে মতম অদুদা মেত্রুক অঙোবা তোলা ১ মাখোল তোলা ১ গা তকখাইনদুনা খুদোনবী মতোনমুক চাউনা তারগা গুলি অহম চাগনি।

নুংশং য়েকপা থিবুম ফাইবা

নুংশং য়েকপা থিবুম ফাইবা অসিগী হিদাক্তি – নিম মনা বন চম্প্রা মনাগা ফুংলগা পিথকউ ফবনে।

নুংশংগী শৌচথোং নান্দুনা ঈ হাথবদা

য়েন অমুবী অমা নিংথিনা শেন্সগা, হঙগামথাউ অশেংবা পরা মখাই অমদা চনম তোলা ৪ তিলহৌ

তোলা ৪ হিং তোলা ২ মোরোক ৭ মেথি জিরা তোলা ১ থুম হায়রিবা পোৎশিং অসি মুন্না ভৌরগা ঈশিং হাপুনা চফু অমদা লারোন ৭ না চেৎনা খুমদুনা ফুৎকনি। অদুগী তুংদা চফু অদু মরেপ থুন্না কোম অমা তৌদুনা মনুং অদুদা থল্লগা মখল খর ছৎতুনা মনিল থোকহল্লগা থোক্লিক্ৰিবা মনিল অদুনা শৌজথোংদা য়ৈহল্লবদি লাইনা অদুগী তিল তারক্কনি। তিন্না লৌইদ্রিবা ফাউবদা হিদাক অদু শৌহন্দুনা তিল শেংনা শেংনা লৌথোকপা ফৈ।

নুংশং পেরে-ঈ কাপ্পা

নুংশং পেরে খাওতাবা, শৌজদা তিন্না লেঙ লেঙ চৎপা হাক্চবা অসি, মোড়া মনুংদা মৈদা মেত্রক হাপ্পগা মৈখু য়ায়া কাহনবা, মৈখু হাইদৌজুনবা ফিনা কোইশিনবা নাইমৈ থারগা মোড়া মথক্তা ফন্স্বা, শৌজদা মৈখু য়ৈহনবা মিনিট মঙাদগী তবাফাওবা তৌবা য়াই।

চারোইদবা — চুই, শঙ্কোম, ঙাতেক-ঙানৌ পান, শগোল হরাই, মোরোক অশাবা, থাংজিং, ঈশিং ঈকাইথবী অসিনচিংবা। কংঙৌ ঙারিনখানচিংবা চাবা ফত্তে।

শাজেল — অমাংশঙ চৎবদা অমাংবা লাকত্রবদি ঈশিং খুয়া থল্লা থল্লা পায়রগা শৌজদা শেংনা শেংনা চান্নগা, ওইগী খুদোম্বী অদুনা থিনজিল্লগা লামবা ফংবা অমাংবামথৈ লৌথোকপা, লৈবমদ্রবসু খুদোম্বীনা শান্নরগা কোন্না লাকপসু যাওই। মাসি নিতিগী শিজিন্নবা কান্নে। ঈশিং অশাবদা মিনিট মঙা ফন্স্বা ঈশিং অঈংবদা মিনিট মঙা ফন্স্বা অসি হল্লা হল্লা শান্নববদি থা অমা অনিগী মনুংদা ফৈ।

হিদাক — তেখাও য়াইখু শিংমহীগা তিন্নরগা খোইহী হাপুনা অমুক অমুক নুংখিল অমুক অনিরক থকপা ফৈ।

নুপীগী রিতু খোংচৎ কায়বা

নিংখৌখোংলি, নোংমাংখা ফুৎলগা থল্লবসু ফৈ।

চিনি অঙাংবগা বোরোই মকুপকা চারবসু ফৈ।

উ নাপু, জমেল নোংমাংখা চুমথাং নমথিবী, চিরাইতা, হৈখাগোক মই হায়রিবা পোৎশিং অসি শুগাইদুনা ফুৎপগী মহিগা খোইহিগা চাং মান্ননা থল্লবদি ফৈ। ঈ লিক্লা লাকপা নত্রগা ইরাক লাকত্রবদি মথাগী হিদাকশিং অসিনা লাইয়েংগনি।

জবাকুসুম মপানগী মহি তোলা ১ চনম মহি তোলা অমাগা নোংমদা অহ্লক থকপনা নুমিং তরেংনি থল্লবদি কুমথোং থিংবদা ফৈ।

জবাকুসুম মপানগা কাজিগা (কবিরাজগী ফংই) চয়োল অমা থল্লবদি ঈ-লাকই।

উতোংলৈ মরা শুগাইদুনা, ঈশিংগা ফুৎপগী মহিদা গুনমোবোক মক মঙা তব্বকলোম তকখাইদুনা হাপচিনলগা চয়োল অমা থল্লবসু ঈ লাকই।

উচিখি, শিংখা, মোরোক মশিংখা, নাগেশ্বর মপাল পুম্মক অসিগী মকুপকা মনগী ঘী ছাটাক অমগা নুমিং তরেংনি চারবদি ঈ লাকই।

অশোকী মকু অফুংপা মহি তোলা ২, সনাই মনা মহি তোলা অমা, খোইহি তোলা মখাই অমা হায়রিবা পোংশিং অসি থকুবসু ফৈ।

অঙ্গোং অঙোবা মরাগী মকুপ তোলা ২ গোলমরিচ মকুপ তোলা মখাই অমা, হিদাক অনিসিগী মকুপ তোলা মখাই অমা ঈশিং অইংবা তোলা অমদা খোইহি দ্রোপ মঙাগা য়ান্দুনা থকুবসু ফৈ।

পাখং নুরা লাই

পাখং নুরা লাইগী হিদাক্তি – নুঙসীলনে, কালপীবেনে, য়েনবী অকোনবীগী মথীনে, মোবোকনে, হোংঙুনে, মাকে অসি খৈবিক তক্তুনা তৈও। সারাম থাও য়াও-ও।

পাখং নুরা লাইগী হিদাক্তি – কোনা মপাল মৈদা ইকপগী তাঙকোই, নোংখং অঙোবা মনা খুদাপ ১ নুঙসিল অসংবা খজিক কুপনা তক্তুনা হাপও। অনাবা মফমদা হাপও। কোক্ল মবা, আকমল মবা ২ মা কুপনা য়াল্লগা ঈশিংদা ফুংতুনা অনাবা ঙালথোকও। সিংলী খোঙ খুং চিংশিল্লবদি – মাইরেল অঙোবা মবা মবী, মংগে মনা, কাংকোল মনা ৩ মাবু ফুদা তিঙদুনা ঈকনৌও। নুংদা চানবা হিদাক্তি – অসাৰা মবম ৩, হৈক্রু, মনাহী, হৈবোংখা, তেলহিদাক অঙাংবা, হৈকক অনৌবা মই, মানা চৈ ১/১, ফুনিল নাপী নৌমানবী, উখাকোক মক খজিক হাপও কুপনা তকও চুহীগা তোংতনা চকপা হৈক্রু মরু মবম তাও। অয়ুক নুমিদাং ১/১ চাও। গা অমগী মনুংদা পুক ৭ লক চংও। খোঙখুংচিংজিলবা, মিং চিবা, চীন চিবা, পাখং নুরা লাইখুং ফৈয়ে।

পুকাম (ফুকাম)

পুকামদি – পুঙতিংবী, মোইরাংখানম মরা ২ মাগী মহি তৈও।

চাবদি – সৈচাক মকু, কবো মরোকসি, কালিচারা, মুগ্ধবী, পুন্মৈলবী অসি খৈবিকপু চাসুঙ চাও তৈসুঙ তৈও।

হৈবাপোপকী মকেনা খোঙ তৈও। লৈসৌনে, য়েকুম মমুংনে, তোংতনা থোমও। থোমলোই হায়রবদি পেরুক থোমও।

পুক চকিং

পুক চকিংনা নাবদি – মৈখু হিদাক মহি, লৈখামগী তাক্কেই, নুংমাচেঙ মহি অসিনা তোংতনা তৈও।

পুক চাকীংদি – নাওফমদা মমাবু হৈরুক অমা থাজহল্লো। লাই হিদাক মকুগা, হীঙগা, অঙাং মখোয় অহম্মা তক্তুনা চেনখংলকপা মমাঙদা তৈও ফবনে।

পুকচৎপা

লাইওং – ইখং খংহৌদনা তোরবোং অপুস্বা মহি চেংহিগুস্বা নত্রগা কোঙ্গোন যাওবা মহি ঈশিংগুস্বা, থি ফাইবা ওবা তৌরকই। করিগুস্বদসু ওবা ফাইবা পুন্না তৌরকই। করিগুস্বদসু ফাইবদসু ফাই। অনাবা মী অদু থুনা শোম্বরকই, মমিৎ মিৎফম তাই, অমসুং মখোং মখুং ইংই। খোং খুত্তা শজিং হৌই, পুক শাওগৎলি, মিহ্ন শোম্বরকই, অমসুং উচিরাই কারকই, অদুদগী খোল তারকই, লৈয়েং ফারকই। মসি অফবা মাইবা নত্রবদি য়ান্না থুনা শিগল্লি।

তৌগদবা শাজেন – লাইনা অসিনি হায়বা খংলবদি অনাবা মী অদুবু হৌগৎতুনা খোং হামহল্লোইদবনি অমসুং ঈশিং অইংবা শোকহল্লোইদৌবনি। খোং খুং য়ান্না শাহনগদবনি। ঈশিং পিথকপা ফৈ। ওরবদি ঈশিং অইংবা অদু লুপ্পগা মরক মরক্তা পিথক্কদবনি, অমুক্তদা য়ান্না পিথক্কোইদবনি। খোং খুং ইংলবদি ফলানেল ফি নত্রগা শামতুগী ফি মতুপ অটোবা মরিনা ঈশিং য়ান্না শাবদা লুপ্পগা শুমদুনা য়োমদুনা থমগদবনি। অসুন্না ইতৎ তন্তনা মখোং শাহম্বা হোংনগদবনি। ইখং খংহৌদনা ঈগী শরুক রাংথিবনা ঈশিং অসুপ খৌরাংবা, খোং খুং উচিরাই কাবনচিংবা তৌরিবনি। মরম অসিনা ঈশিং পিথকপা কান্নে। লাইনা অসি ফাইবা ওবা ফক্সবসু মিহ্ন ফত্রিবা অমসুং ঈশিং (যুংগী) হৌনবী চুমদ্রিবা ফাওবা চিংনফম থোকই। অনাবা মী অদুবু তুল্লনবা হোংনবা ফৈ, হিদাক পিজনবগীদমকসু হৌদোকপিরোইদবনি। অচস্বা চম্ফুং মহি, চম্প্রা মহি থুম খবা হাপুনা যাউম ২/৩ দং নোংমদা ৩/৪ রক নোংমা নিনি পিজবা ফৈ। মশা নুংঙাইবকপগী মতুংইন্না চনাং নৈদুনা পিথকপগা লৌইননা চাক পিজগদবনি। অনাবাসি হেক হৌবকপদগী চাক হায়বসি ওম্বমথৈ পিজরোইদবনি।

হিদাক্তি – অনৌবা খুজুম পেরেগী লেস্ফু তোলা মখাই অমতং গোলমবিচ ৫/৬ কা তকখায়রগা ঈশিং ছটাক অমদা নৈখাইরগা পুংখাইমরুম লৈর লৈরগা খরা খরা ৫/৬ বক পিথক্কদবনি।

কপূর চংনিং ২ শুনু চংনিং ৮ অমসুং শিংখা মকুপ সিকিগী মরুমগা মিনিট ১০ মরুমদং তকখায়রগা (নৈরগা) শরুক ৮ থোক্সা য়েল্লগা শরুক অমমম মিনিট ১৫ লৈর লৈরগা পিজরবদি য়ান্না ফৈ, ফাইবা ওবা ফরবদি পিজদ্রবসু ফৈ।

গোলমরিচ ২১ গা মনাইদাক্কী মনা অমমমগা শুগাইদুনা ফাইবা ওবা হৌরকপদগী পুংখাই মরুম লৈর লৈরগা পিজরবসু ফাইবা ওবা ফৈ।

লায়না অসি ওইরকপদি – হকচাংগী মৈ শোনবা, মহিক য়াউবা চিঞ্জাক চারুবা, রিতু ওল্লবা, থি, যুং, খাক্চৎপা, মিত্তি কাইবা শাজৎ তৌরুবা, অসিনচিংবদগী হকচাংগী ঈ, তোংনচিংবা পুন্মক অসি অমাংবা ওইনা থোরকই। মাদুবু পুকচৎপা লাইনা হায়না কৌই।

মওং – লাইনা অসি আয়ুর্বেদগী মওংদা মখল তরুক শুই। অদুবু চাউরাক্সা “চাব তুমদবা” “চাব তুস্বা” হায়না মখল অনিদ থোক্সা ইজরি। মতাং অসিদা অমাংবা অদু ঈশিংদা থাদদুনা য়েংবদা লুপ্পবদি চাব তুমদবদগী ওইরকপনি হায়না লেপকনি। অদুগা তাউরবদি চাব তুল্ল তুল্ল ওইবনি হায়না খংনগনি।

লাইয়েং – লাইনা অসিগী অহানবা হৌরকপদা অনাবগী মনাক্তা মৈ হৌগৎকনি। অদুগা ঈশিং লুমদুনা শৌহল্লবা মতুংদা ইংথহল্লগা ঈশিং পৌরা অমা অনিরোয়দং হান্না পিথক্কনি। পিথকপা লোইরগা কপূর মপাক ১ গী ৪ থোকপগী শরুক অমা ঈশিংদা নৈখাইরগা তোলা অমরোম পিথক্কনি। খুদক অদুদা কপূর ফংদ্রগা নুংশি হিদাক মহি তোলা মখাই অমা ঈশিং তোলা মখাইদা য়ান্নরগা পিথক্কনি। থকস্ত্রিবা ঈশিং অদু মিনিট ৫/১০ গী মনুংদা হকচাংগী মনুংদা লৈরহ্মা মহিক্কিচিংবা ফত্তবশিং অদু ওথোরক্কদবনি।

অনাবগী মশাদগী থোরক্কিবা ফত্তবশিং অদু শুনু চাইশিন্দুনা লৈনুংদা ফুমজিনগনি।

অনাবগী মশাদা “মেথি” কপ্প তককাইরগা হঙ্গামথাউগা তিন্নদুনা য়াংলেন অমসুং থবাক, খোং, খুং মুন্না নোইবিগনি। ফংদ্রগা হঙ্গামথাউদা নোইরবসু য়াই।

অদুগী মতুংদা খোংদোন অনিমক অদু শনারৈ মনা শুগাইরগা থোমজিনগনি। বেদ্দেজ ওইনা পুনশিনগনি। ব্রাতর বেক নত্রগা চেক, নুং, মৈ ইক্কগা ফি য়োমদুনা মী অমনা মখোং অদু ইংথদনবা শেল্লগদবনি। মশা অপুন্না ফি মৈ য়াইর-য়াইরগা কুপশিনগনি। মশা ইংথরক্তুনসু হায়রিবা শাজেনশিং অসিদি তোক্তোইদবনি।

হিদাক – চাব তুমদবদগী ওইরকপা খোংহান্গী

উচাল মনা, মনাই, ওকহিদাক, পানমনা, শিং, আতইচ (কবিরাজ মনামশিং য়োনবা দোকান্দগা ফংই) হায়রিবা পোৎশিং অসি ঈশিং সের অমদা ফুৎপনা পৌরা অমত্তং লৌরগা থকপা খুদিংদা খোইহি দ্রোপ মঙা মঙা হাপুনা পুংখাই পুংখাই কান্না তোলা অমমম পিথক্কনি।

নুঙ্গারৈ মরা পৌরা মখাই অমগী মক্ৰমগা সিতামিশ্রি তোলা অমা মখাইগা শুগাইমিন্নরগা ঈশিং পৌরা অহুদা ফুৎপনা পৌরা অমা মখাই লৌরগা মহি অদুদা চম্প্রা মহি তোলা ১ য়ানগনি। পুংখাই অমমম কান্না তোলা অমমম পিথক্কবসু ফৈ।

শুনুগী ইক্ক তোলা ১, চম্প্রা মহি তোলা ২ ঈশিং পৌরা মখাই অমদা য়ান্নরগা পুং অমমম কান্না তোলা অমমম পিথক্কবসু ফৈ।

পুক চৎপা (চাবা তুন্না খোং হান্গী হিদাক)

হিং, কপূর, পান মনা মহি, ইম্ময়ব হায়রিবা পোৎশিং অসি শিকি অমমমগী মক্ৰমগা কানি চংনিং ২ গী মক্ৰমগা কপ্পা তকখাইদুনা গুনমক্কমুক চাউনা গুলি তারগা লুন্মু শাবা ঈশিং তোলা ১ দা নৈখাইদুনা পুং অমমম কান্না পিথক্কনি।

সাস্তোর, হৈফ্র, মনাই, বাহেরা, পাখোনমরা, হৈখাগোক, শিং, য়ুমগী লৈকাং হায়রিবা পোৎশিং অসিগী তোলা অমমমগী চাং পুন্না তকখাইরগা শিকি অমগী মক্ৰম ঈশিং তোলা অমদা নৈখাইরগা পিথক্কবসু ফৈ।

পেরুক মহি তোলা ২ য়েনশিন মহি তোলা ১, তুলসী মনা মহি তোলা মখাই ১ পোংশিং অসি তিন্নদুনা
পুং অমমম কান্ননা তোলা অমমম পিথকবসু ফৈ।

পুকচৎপা (কলেরা)

মাংবা হেক হৌবা মতমদা, উচিথি, কপূর, হিং অহুম অসি তোলা মান্ননা কুপহল্লাগা ঈশিং অঈংবগা
য়ান্নদুনা পিথকউ। পুকচৎপা ফৈ।

মনা হিদাক মনাগা গোলমরিচ মরু তরামঙাগা তল্লাগা পিজৌ। পুকচৎপা থিংবনি।

পুকচৎপা মীগী মখোই মনুংদা হৈক্রু মহি হৈজিল্লু ফবনি।

হৈনৌ মনা অনৌবগী মহি তোলা অমদা জাম মনা অনৌবগী মহি তোলা অমা নত্রগা কফোই মনাগী
মহি তোলা অমা নত্রগা তুলসী মনাগী মহি তোলা অমগা খোইহী খবা হাপ্পগা পিথকউ, পুকচৎপা ফৈ।

পুকচৎপদি – যাইঙং, চিনি আঙৌবা, রসমনিক তোলা ১ অসি পিথকউ। ওবা, ঈশিং খৌরাংবা
শাওগৎপা ফৈয়ে খঙও।

পুক থিনবা

অখিলবা লমথিনগী হিদাক – সূনা মুখি, কালানিমুক, শিতামিশ্রি অহুম অসি তিন্নদুনা চাগনি। থক্কদবা
হায়গে – হৈমাং, তিনহৌ, শিতামিশ্রি হাপ্পনা ঈশিংদা তিংলগা থক্কনি। হাপ্পা অমা চফুদা লারোন ৭ খুমদুনা
তিংলগা থক্কনি খঙও।

থুনা তুমদবা চিঞ্জাক চাখিবা, নিংথম কাস্তি লোম্বা, নিংথম্বা নংবা, হুমাং থোক্কা-থোক্কা খংইং ইংবা,
তিন, অমাংবা শুগৎপা চাক তুমদবা, অসিনচিংবদগী পুকথিনবা হায়বসি তৌই।

লাইওং – পুকথিনবা, লেংবা, তিলচংবা, থগেবা, ওবা, ওনিংবা, পুক কংখৎপা, খোং পেং পেং
হাস্তা, চাক চানিংদবা, পুক খোংবনচিংবা তৌই। মাসি তৌরবাদি ইংবা ফত্তে। থিনবা মফম অদুদা ম্লানেল
শাহন্দুনা নত্রগা লিক্কি অমদা ঈশিং অশাবা হান্দুনা ওম্বা হিগা য়েবা ফৈ।

ঈশিং পৌরা ১ মখাইদা গোলমরিচ তোলা অমা হাপ্পনা ফুৎপনা ঈশিং পৌরা মখাই অমতা ঙাইরগা
থাংথদুনা পিথকবদি থিনবা ফৈ।

শিং মহি শাহল্লাগা খোইদা লিক্কি ৫/৬ তং হাপ্পগা মিনিট অমা লৈবগা অমুক ফিনা তৈথোজুনা অসুমনা ৫/৬
রক তৌরবাদি পুক যান্না থিনবা ফৈ, অদুগা য়েনশিনগী মহি লিক্কি অমতং মিৎলুদা হাপ্পবসু পুক থিনবা ফৈ।

মক্কে মকুগী উং চংনিং ৬ তং ঈশিং য়াউম অমগা থক্কবদি থিনবা ফৈ।

চনম মহি শিকিগী মরুম খোইহিগা অয়ুক্তা থক্লবদি ফৈ। অয়ুক ঈশিং শোকত্রিঙৈদা থক্লবনি, ৫/৬ নি থক্লবনি।

যুবী অমদা সৈক্লব লবন হাপুনা (মহিগা) লৈপাক্লা তৈরগা লৈরংদা লৌরগা যুবী মতোং অদু খোইহি শিকিগী মকমগা অয়ুক্তা চারবদি অখিনবা জাং পুম্মক ফৈ।

পুক খিনবা লেংবা

পুক খিনবা অমসুং লেংবগী হিদাক্তি – চক্ৰ উং অদু উতী য়াক্লা চুম্গা উতী অদুদা হৈমাং মহী খরা, খোইহী খরা তুলা মান্না হাপ্পগা পিথকউ লেংবা ফবনি।

পুক থবাক্তা নাবা

পুকতা মরীকানা নারবসুঙ, থবাক্তা অউংবা লৈরবসুঙ – হিদাক্তি ফথিখোম মক্, চামক্ৰক মক্ৰনে, পাখোল মক্ৰনে, মুক্তবীনে পুঁলৈমালবীনে, তেখাও য়াইখুনে, হংকাম মক্ৰনে, ওকহিদাকনে মহী, উসিংসা, নোংমৈ তাঙকোই, অসীসামল মহী, কুমলংপিচাক মহী।

পুক তাখংপা

চেনখং পৈখংপা, লিলসাং তাখংনা নাবসুং – নোংমৈ সিঙচঙ, অঙাং মখোই, কেত্ৰু ও মাপু ঈশিং হুন্না শোকপা মহী অদুদা তক্তুনা তৈও ফয়ে।

পুক নুংশিং কাদনবা

লোংমপাল তোলা অমা, যমানি তোলা অমা, য়াইফর তোলা অমা, গুনমরিচ তোলা অমা, কর্কশ লবন তোলা অনি, পুম্মক তিন্নদুনা কুপ্পা তক্লগা, পাত্র মচা অমদা হাপুনা থম্বীরগা, নোংমদা অনিরক অয়ুক নুমিদাংরাইবম চাবীবদি নুংশিং কাবা ফবনি।

ওকহিদাক্লে, শিংখানে, গুনমরিচনে, লোংমপালনে, য়াইফরনে পুম্মক তোলা মান্না কুপ্পা তক্লগা কালানিমক হাপুনা তোংনরগা অয়ুক নুংখিল অনিরক চারবদি নুংশিং কাবা ফবনি।

গুনমরিচ, য়াইফর, উচিথি, মচাফর, অফিং, কালানিমুক তোলা মান্না তক্লগা অফিং, এক অনাগী মক্ৰমগা তোংনদুনা নোংমদা অনিরক চাবিরবদি পুক্তা নুংশিং কাবা, য়াংদা নুংশিং হাইগংপা পুম্মক ফদুনা চাক থুনা থুনা লাম্বনি।

যমানি, সৈন্ধব লবন, নত্রগা যাইফর, গুনমবিচ, লোং, কালানিমুক তোৎনদুনা চাবিবদি পুজা নুংশিং কাবা পুম্মক থুনা ফবনি।

পুক নুংশিং কাবা

চাবা তুমদবনচিংবা অনাবগী তৌবকপা খুদমনি।

লাইওং – কোকচিকপা, ওনিংবা, ওবা, পুক শাওগৎপা, থগেবা, পুক বুপ বুপ লাওবা অসিনচিংবা তৌই।

টর্পিন থাও লিক্লা ৫ দং ঈশিং অইংবা যাউম অমগী থরুবদি নুংশিং কাবা ফৈ।

মিশ্রিগী মকুপ খবগা গোলমবিচ ২/৩ গা তকখাইদুনা চাববিদি নুংশিং কাবা ফৈ।

সৈন্ধব লবন সিকিগী মকম, গোলমবিচ ২/৩ গা তকখাইদুনা চাববিদি নুংশিং কাবা ফৈ।

লাইনা অসি তৌববিদি চা, যুনচিংবা থকপা চাক চাবা ফত্তে। ঈশিং যান্না শাহ্লে হাযবগা ম্লানেল লুপ্তুনা টার্পিন থাও লিক্লা ৬/৭ তং হাপ্তুনা পুজা হিগা যৈবা পুংজা খুদিংগী যান্না কামৈ।

পুক নাবা

পুক নাবিদি – কেগে মালবী মক, উচিখী, কবো মোবোকসী অহ্মা তোত্তুনা খুৎনাও মকম চাও।

পুকী লায়না

শঙ্কোম নুংশিং হিদাক্লা ফুংলগা থরুবদি হকচাং তেকখংহল্লি, পুকী লায়না অযান্না ফৈ।

পুক লাইনা পাইখৎলবা

পুক লাইনা পাইখৎলবিদি – লীলফুগা, সাপেং মচীগা ঠৌদুনা লৈয়ুগা যান্নদুনা থকও। মপালদা তৈবিদি – কেত্রুগা, থুমগা তৈও। লাইসোলদি – কুমলেন মৈনাইবাও, কুবমলেন নানাইবাও, লাইবেল পোংলোঙথেং, সনা লৈকং লাংবও। সনাচীওবু চেপকনে হাযনা ঙাকপনে, কাবক্লুনো। অসিনা লেঙদববিদি – ঈশিং তুরেল ৩ মনে, ৩ মগী মকদা ঈবেল ১ লৈয়ে। অদুদা নোংপোক নামুংবনে, মশম যটা থাংনা ফমলমযে। মঙোন্দা খৌখলবিদি, তীন নামুংবা মকোক মমৈ নাইদবা, নীংসা হোন্দবা ৬ মনা নানখং নান্হুনা শান্ননা খৌখল্লিয়ে। নঙখোয় অদু খেবিবকনা লৈবিবনে লাক হলকুনো হাযনা সোল-ও।

পুক লাইনাগী লাইশোল

পুক লাইনাগী লাইসোলদি – নুঙকাং মাহারাবা ও। লাইয়িংখৌ নুঙমু তুমদা মাঙদবদা য়াথুপ তমদুনা ঈশিং পোকয়ে ওংখি কৌয়ে। মৈসানুৰী কৌয়ে ঈ-পোকয়ে ঈখৈরেল কৌয়ে। লাইপু মরম অহ্মনে নংনা পুরিবনে। খোইদৌ নঙসু সঙলোক কানুং লাইরেন কোনচীল তুথোকপা নংনা ৭ লক কোয়দনা নমৈবু নয়ানা চাঁজুনা লৈবা। সনা কোনসৌরেনগা ঙাকমিলবনে। লাইরেশ্মা সনা লৈকোয় নুংবু কোলও। য়েংলম ৩ লক কোয়ও, ওয়রম ৭ লক অসী খৈবিক ঙাকও। লাইসোলদি – কেকাম হুংও শোলও। য়োং ১ থুম ১ উত্তুনা শোলও। থুমগা কেকুগা তৈও লীলফু চাও ফৈয়ে।

পুকয়েকু ইতোল ফাইবদা

হৈখাগোক মইহে অনৌবগী মহি তোলা ১, মনাগী মহি তোলা ১ গা য়ান্দুনা নোংমদা তোলা অমমম থক্লবদি ফৈ।

হৈখাগোক মইহে অমুনবগা নত্রগা অশংবা মৈদা মুন্না লৌরগা তোলা অমগী মনুংদা সিতামিশি শিকিগী মকমগা তকখাইদুনা হন্ন-হন্ন পিজরবসু ফৈ।

ওইনস্বি উরিগী মহি তোলা ১, লফোই চংবী অনৌবগী মহি তোলা ১ গা তিন্নদুনা নোংমদা তোলা মখাই অমমম পিথক্লবসু ফৈ।

পুক য়েকপা

পুক য়েকপদি – উরী অখাবা, নমসা ওইনস্বা, হিঙ ৩ মা থকও। ১ দি য়েনখোঙ পোংহৈতোল, কবোইহে (কফোই) লফোই অহিংবা ফক্লিবা খৈবিকপু ফুংতুনা মই থকও ফয়ে।

পুক য়েকপদি – উরী অখাবা, নমসা ওইনস্বা, হিঙ অহ্ম্মা তিন্না থকও। অমদি য়েলখোঙ মনা, কবোই মনা, হৈয়িং মনা, হৈশাং মনা ফুংতুনা থকও।

পুক য়েকপা থিনবা

ফকফাই মনা খরা, লাংথ্রৈ মতোন নত্রগা মনা খরা, পুংদোন মনা খরা, নুংশিং হিদাক মনা খরা, তিংখৌ মনা খরা, কফোই মনা খরা ফুংপা নত্রগা শুবগী মইদা থুম য়াক্লপ হাপ্পগা থক্লবদি পুক য়েকপা থিনবা লেংবা ফৈ।

পুমথীংলবা

পুমথীংলবদি – থুমহিং, চুহিং, শলখোম অহিংবা অমা ফংবা থকও। ঈকুম কৈরুম্মু থোংদনা চাও। মমিং কৌনা হৌথোকও। মখুংলাকনা চিংখংও। য়েনপঙ চাকেম তোত্তনা হ্লেথোকও।

পুক সাওবা

পুকতা সাওরবদি – হিদাক মনা অসংবা ফুংলগা মহী অদুবু পুক উম্মক তৈবগা হুমাই হুম্বীও, পুক সাওবা ফৈয়ে।

পুরি লাইদি

পুরি লাইদি – সমকাপ মারা, লাফু মারা, পুঁলেমালবী ও মা ফুৎতুনা থকহল্লো।

পুরি লাইগীদি – সমকাক মরা, পুঁলেমালবী সুদুনা ফুৎও থকও। নুংওক, পাইপঙ, সন্দং ও মাগী মসিংখা, পালনা খাঙবা উরী, ওকহিদাক, ওকময়া অহোবা, নোংমৈ সিঙচঙ, খ্রবোল মরু ৫ মা তক্তুনা তৈও ফৈয়ে। সাগোল লাইসু ওময়ে।

পুরী লাই

পুরি লাইদি – খোইপু তীংখংনা, খোইঙোনা চিঙবা মপুও, অহুম্মক সোলও। অসি সোল্লবদি – খোংলকুনো ক্রুং ক্রুঙ, ক্রুং ক্রুঙ অহুম্মক সোল্লো। চাপালদি – যেলগী মাকনবু ২ থোক্লা খায়ও, কোনয়াই পুমা লৈসৌপুঙদা খুবোম অমা তৌদুনা থাও, তপ্পা ফুমও।

পুরি লাইগীদি – শমপকপী মরা, লফু মরা, পুঁলেমানবী অহুম্মা শুদুনা ফুৎনা থকও। নুংওক মশিংখা, খুপাই মশিংখা, শন্দংমশিংখা অহুম্মদা পানখাঙবা উরী, ওক ময়া অহোবা, নোংমৈশিঙজঙ, খারাপোল মরু মঙামা তক্তুনা তৈও ফৈএ। শগোল শামু লাইসু অসুম তৌও ফৈএ। অসিনা ওমদ্রবদি কৈ ময়া অফুনবা, পুকুংদগী শরু, চরোইতোং মনা অহুম্মা অসিবু ওাসুপী মাহাওদা তকও, ওয়না য়েংপা উরী মৈদা ইকও তাক্কাই ওইনা হাপও ফৈয়ে।

পেরে লাই

পেরে লাইদি – হাওচক নমথিবী, কুমনা মনা, কবো মোবোকসি, লোয়ন্থালৈ মকু অসি খৈবিক নুংদা তকও অদুগা থোমও। হকসাংপুমলাবা খোইহী, চুহী, চেং কপোকী যান্না তোংও থোমও। অদুগা হাওচক মনা, হামেঙ সমপকপী মনা ২ মা তক্তুনা থোমও।

পেরে লাইগী হিদাক্তি – হাওচক নমখীবি, কুম্না, চাকসৌ, কেকেমালবী মরু, হনুপাখুংলাম মনা, চনম, হেছাক, থুম আচুন্না, কবো মারোকসী, লোয়য়মলৈ মকু অসি থৈবিকপু নুঙদা তক্তুনা থোমও। হকশাং পুন্সবগা চুহী, খোইহী, কবোক্তী য়ামদা তোক্তুনা মঙারক চাও। অদুগা হামেঙ শমপকপী মনা, হাওচক মনা অনীমা তক্তুনা থোমও ফবনে।

পেং হাখৎপা

হকচাংদা পেংনা হাখৎলবদি নুংশিং চৎনবা – পুঁলৈমালবী, মুথ্ৰবী, চাইবোন, য়েল্লাইচি তকখাইদনা পিথকও ফবনে।

পালদা তৈবদি – ঙা নাস্তবী মহাও, লাইরেন মহাও অনীমা তৈও ফবনে।

পেংবু চেংনা লৈখরবদি

পেংবু চেংনা লৈখরবদি – যেরীকসীবি মনানে, হিদাক অসংবা মাহীনে, অকংবা মাহীনে, চুমথাঙ নমখীবি মাহীনে অসি পুম্মক থোঙদা কামচীলও। চৎতাইক্লবদি – তেংনৌ মখোম তেংহীকও।

পৈ তাবা

খুজুম পেবেগী উতিনে, হৈরুবোপ মশিমে তিন্নদুনা তৈখংলু। পৈ তাবা ফবনি।

পৈ তাবগীদি – লায়োনগা মোবোক্তা য়োমদুনা হৈবী তিংখং ১২ হৈজাতালাক রা হাই কৌ। রা নংগী নপাপোকপা নপুপোকপা নবুখৌগী মমিংদি লুমখেং লুমনাংনিংখৌ লুমনাংখোমবা কৌয়ে। পল্লেম নমা খোমজি চংবী ব্রানা লাংবী কৌয়ে। রা নংগী নমিংদি অংকো আতামা কৌয়ে। তিসিং নৌসং খুবিং খুবাই য়োংমু য়োংসেল কনা কাঙমদবা ব্রানে। নোংখৌগী মমিংদি খুং কৌয়ে। লৈপাক্তী মমিংদি ফা কৌয়ে। রা নংবু খৌহকলে।

পৈ তাবগী – লামাংখা মোবোক্তা য়োমদনা চাও। হৈবী তিংখং ১২ না হৈজাংদা ওইরবসু পায়না সোলও। পৈ মাচিৎতা নমনা তিংখং য়ৈচিন্না সোলও। লাইসোলদি – ওংসেং তাবংঙাং তারংবা মীরাকথাঙ সাপৈ লৌনবা থাঙনে হায়না হুলাথোকও ফয়ে।

পৈ তাবগী হিদাক্তি – খোঙনা নেংপা হংঙেই, কোবীগী লৈচাক তীল্লোকখী, ঈহলগী ঈশিং তিন্নগা তৈখংলো।

পৈগী হিদাক্তি – লম্মেন, মোবোক্তা য়োমদনা চাও। হৈবী তিংখং তরানিখৌইনা হৈমাং ওইরবসু, লফু থাবোদা ওইরবসু অমদা পৈ মথকতা নমনা তিংখং য়ৈচিন্না শোলও। ঔঁ কে কে সেং সুং লং ঙাঙতারংপা মীরাক থাং সাবৈরৌনাদবা থাংনে। শোল্লগা হুছোকও ফয়ে।

পৈ নুংখুম তাবা

পৈ নুংখুম তাবদি – খোইহী, কবো মুরোকসী, উচীখী অহুম্বু য়ান্নদুনা থোমও। লাইসোলদি–
নুঙকোয়রেঙ সাফাপাও, থারোগী মনাকতা লৈবা নোংসীং শিদবা ও মানা অহিং নোংখিল নাইদনা থুংনাবা
লাইয়িংখৌ হায়না সোলও। য়েৰুম অহামপা, কবোক অহামপাকা মেত্তুনা লম অশেংবদা থাও।

পোস্বা

উরোক শুম্বল মনা, কেফ্র মনপ, কাংমরু, শগোল হরাই মরু, চুহি মঙাসি মুন্না শুবগা তৈয়ু পোস্বা
ফৈ। করবীর মরা, ক্রাকথবি মরুগা, গুন, লোং তক্তুনা তৈয়ু অপোস্বা ফবনে।

পোক হৌবা

ত্রিফল, উচিশুম্বন মহি, ঘীগা তোলা মান্না পিজৌ। পোকহৌবা উন খুইবা হৌনদে।

শঙ্গোম অনৌবদা ত্রিফল, চিনি, থা মকুপ য়ান্নদুনা চারবদি কোকপা ওমদববা অনাবা খিবিক ফৈ।

পোক হৌদনবা

পোক হৌদনবদি – পুকয়ু য়ুহীংলুও।

পোৎশেম চঙদনবা

পোৎশেম্বা চঙদনবদি – য়োৎ অহীংবা ৭, থোয়দিং অঙৌবা ৭, তুলসী মক ৭ অমত্ত ওইনা তীন্ননা
মিৎথক মিৎখা অনীমদা তৈও। লংশুং মঙাদা ঈমাই তৈনা শোলও। উং ওং চাকসারু হুং হায়না শোলও। উং
ওং চাকসারু হুং হায়না শোলও। কাঙখল ওইনা তিংও চারিবা খৈবিত্তা নীংশিংনা য়োংলো চঙদবনে খঙও।
পোৎশেম্বু তারুৰবদি, মহাক অদুগা খোইকগা তোত্তুনা মী অমা শাও। মমিং ইদুনা খোইকদা খিলচীন্দুনা
থাওনা কস্বীদা ভৌদুনা কস্বী যাওনা অশিবা মোংফমদা ফুমও। ফবনে।

পোৎ সেম্বা

পোৎ সেম্বগী হিদাক্তি – তেরা মরা, কবো মুরোকসি ৭, চানম মচা ২, য়েনপৎ মরু, লৈয়ুনা ঈশিং
ওইনা তক্তুনা পিথকও ফৈয়ে।

পোং সেন্সা লৌথোক্লুবা

পোং সেন্সা লৌথোক্লুবাদি – মী মরু, ইরোই ময়া, চাংনিং অঙাংবা। ইরোই ময়াদি য়েরিকসিবীনা য়োমও, কাব্রং অঙাংবনা য়েংও। মী মরুদি হকথিখলবীনা য়োমও। কাব্রং অমুবনা য়েংও। চাংনিংদি লফোই মনুংদা ফুমও য়োংহল্লো ফৈয়ে। সাওলদি থাঙজ নুমিৎ থুবা য়েকুম ৩, ১ দি য়িমনিঙথোঙদা মীসি সিঙনা ইকও। ১ দি য়িমমাঙথোঙদা সয়ি সিঙনা ইকও। ১ দি হৈবোংসিঙনা ইকও তঙকোই উতী চুমও ৭ নি থকও তাবনে। লাইসোলদি – ওঁজিও হায়না সোল্লো।

পোৎসেম লৌথোক্লুবা

পোৎসেম লৌথোক্লুবাদি – তেলহিদাক অমুবা মরাদ লফু মরা য়েরিকসিবী মনা য়োমও। চাঙলাই মরুদি হকথিখলবী মনানা য়োমও। মী মরুদি য়েরিকসিবী মনা ৩ না য়োমও, কাব্রংনা য়েংও। মহাকপু য়েংহল্লো থুনাস্তা তাবনে। সেংলবাদি লৈতে হায়বা খঙও।

পংথবা

- ১। শাস্তা মকু, ইকাইথবী মরা, ফুৎপদা কলানিমুক থারুগা হিগা য়ৈয়ু।
- ২। তেংনৌ ফুৎলগা হিগা য়ৈয়ু। গুন, লোং, শিং, মোবোক মশিংখা থাওগা তৈনি।
- ৩। পিরেনহৈ মশা অকংবদু তংখাই লংথোক্লুগা ফুৎলগা তৈবা ফৈ।
- ৪। যাংলি শুগাইরগা ফুতুনা কালৈগা তিন্নরগা মশা অপুস্বা তৈবীয়ু।
- ৫। শাবেংথাও খরা মৈতৈ য়াইঙং মহি, গুন মরু তরেং তকখাইরগা হ্লাম থাওদা ঠৌরগা তৈয়ু।
- ৬। তেখাও য়াইখু, শিংখা, য়েনপং, শেন্সাং কাওথুম ফুৎপগী মনিলা হিগা য়ৈবা ফৈ।
- ৭। তাইরেন মনা কুরাও অঙৌবা মনা ফুৎলগা হিগা য়ৈবীয়ু।
- ৮। বারকী পাঙ্গোং মনা, উতংগী উশোই গুখাগা থোংলগা চাবা ফৈ।
- ৯। কোক্ল, নোংলৈশং, নোংমাংখা, য়েনখং, ডুবতি, শিজ্জারৈ ফুৎলগা হিগা য়ৈবা ফৈ।
- ১০। ময়াংলেন্সুম গা অকংবগা থোংদুনা নুতিগী চাবা ফৈ।
- ১১। সোনালতা, জুবাকুসুম, নিংখৌখোংলি ফুৎলগা মিশ্রিগা থকউ।

পংথবা চিকপা ফনবা

মৈতৈ য়াইঙং, তেখাও য়াইখু, ওকহিদাক মরু অহুমসিগী শরুক অহুম থোকপগী শরুক অমা, শগোলহিদাক অমুবগী মইহে অবিবদু হাপকনি। চাবা মতমদা শজ্জোম মপালশিজিন্নগনি। নোংমদা অনিরক চাগনি।

ফালতুপ লাই (লাইমল মতুম)

তেলহীদাক অমুবা মনানে, কবিরৈ মরানে, কানিনে অসিদি তেলহীদাক অমুবা মনা কবিরৈ মরা অনী অসি তৰুগা কানিগা য়াম্বৰগা পিজৌ। মাসি চাৰিঙৈদা মনা মশীং, হৈ, শঙ্গোম, ঙাৰি চাবা যাদে। ফালতুপ লাই লাইমল মতুম থুগাইবা ঙুম্বনি।

লফু মরুদা তেঙ্গোং শানা কোংথোক্লগা অদুদা লৈরম্বা ঈশিং অদুদা তুলসী মনা থাদৰগা পিথকউ লাইমল ফবনি।

ফিঙৌ চংপা

লাইনা অসিগী মওংদি – ঈ শেংদবদগী ওইবক্তুনা কোকচিকপা, থজিন শাউগংপা, চাবা থকপদা মহাউ খংফাঙবা, লাইহৌগুম্বা থিকম তৌবা, ঈশিং চংপদা বেরা তৌবা, খাং য়াংলেমচিংবা চিক্লি চিক্লি তৌই।

হিদাক – অৰা কেগে মবাগী অফুংপা মহি তোলা ১, অশি হৈবোং মাই ঈশিং খৰা হাপ্তুনা শুগাইৰগা মদুগী মহি তোলা ১, সনাবৈ মনাগী মহি তোলা ১ হাযরিবা পোংলমশিং অসি তিল্লবগা থৰুৱদাই খুদিংদা খোইহি দ্রোপ ১০/১০ য়ান্দুনা নোংমদা তোলা অমমম থকপনা অনি অহ্লক থৰুৱদি ফৈ।

নিম মনা শুবগী মহী, চম্প্ৰা শুম্বগী মহী, খোইহী চাং মায়না লৌবগা পুন্না থিংকনি। মহীদু নুমিং তৰেং নিপাম্বি থৰুৱদি ধাতু নাই শুংবা, ফিঙৌ চংপা নুপীগী অরোনবা খুদিং ফহ্লি।

চাওখোং মরা চেংহীগা লোয়ননা থৰুৱদি ফিঙৌ চংপা ফৈ।

ফিনুংদা নাবা (গোনোরিয়া)

গোনোরিয়া ঈশিং চংপা যাদবদা তৌগদবা হিদাক্তি –

নিপাগী ঈশিংথোঙ অদু, ঈশিং লুম্বু লুম্বু শাবা পাত্ৰ অমদা, মিনিট ৫ গুম্বা লুপহ্লগা ঈশিংথোঙদা কপূৰ কুপ্পা তকখাইৰগা হাপ্লবদি, ঈশিং য়ান্না থুনা চংপা য়াগনি।

নুঙ্গাৰৈ মৰু শুগাইৰগা পৰা ১, ঈশিং পৰা অমা মখাইদা হাপচিন্দুনা ফুংলগা, মহি অদু পৰা অমা লৌৰগা সিতামিশ্ৰি তোলা ২, শুনু ইৰু তোলা মখাই ১ অহুম অসি তিল্লবগা থৰুৱদি থুনা ঈশিং চংকনি। নুমিদাং চৰা হেনগদবনি, অদুগা চাক য়ান্না লাম্বা মতমদা হিদাক অসি নোংমদা পুং ১/২ কাম-কামনা, আউঙ্গ অমমম থৰুৱদি গোনোরিয়াগী লাইনা ফৈ।

ফি লাইকোই

ফি লাইকোইগী হিদাক্তি — লুপা হিদাক মৈদা পোকহল্লগা শলখোম মপালগা তোৎতনা ফকচেং মনানা ঈশিংদা শেংনা নোইদনা চামলগা তৈয়ো ফবনে। ফুরিসুঙ ফবনে।

ফিরাক পৈ তাবা

নিম মনা মহি তোলা ১, চনম মহি তোলা ১, তেংনৌ মনা তোলা ১ পুম্মকসিগী মহিদা সামভোর (থুম) তোলা ১ গা হিং চংনিং ৪ গী মরুমগা মুন্না নৈখাইদুনা থক্লমদাই খুদিংদা খোইহি দ্রোপ ৫/৫ হাপ্তুনা নোংমদা তোলা ২/২ থক্লবদি ফৈ।

ফস্বী অমদি লাইমন ফনবা

হিদাক্তি — উচি শুম্বল মহি শঙ্কোম অনৌবগা য়ান্নরগা থক্লবদি ফস্বী অমদি লাইমন ফৈ। থল্লা তবেংকী মনা ফুৎতুনা থক্লবসু কামৈ।

নুং হরাই ঈশিংদা পোপহল্লগা শুগায়দুনা লৌবা মহিদুগা খোইহীগা থক্লবদি ফস্বী ফগৎহল্লি।

তেবা মপালগী মহি তোলা মখাই অমদি চিনি খজিক্‌ং হাপ্পগা নুমিৎ খুদিং থকউ ফস্বী ফবনি।

শঙ্কোম অনৌবদা য়েন্দেম ফুৎলগা চাও ফবনি।

শগোল হরাই ঘীদা ভৌরগা মাদু অমুক শঙ্কোমদা ফুৎলগা নিতিগী শঙ্কোম অনৌবগা চাববদি ফস্বী ফৈ।

হামেংলাবগী মরুম অনিদু উচিখি মকুপকা থুম য়ান্না তোৎতুনা ঘীদা ভৌবগা চাববদি নুপী ১০০ গা শাল্লাবা ওমই।

তেবা পাস্বী মচাগী লেম্‌ফুগী মকুপ অমসুং হৈগ্র মকুপ য়ান্নরগা তোলা অমা নিতিগী ঘী শঙ্কোমগা চারবদি শেন্দাংগুন্না কল্লি।

ঘী অমসুং খোইহি য়ান্নরগা যষ্টিমধু মকুপ তোলা অমা শঙ্কোমগা থক্লবদি তিজোং শাবা ফৈ।

ফুকাম

ফুকামগী হিদাক্তি — য়েন্নখং, থুম, খরী, হিদাক মনা

ফুকামগী হিদাক — হরাই মায়রোংবী মরুনে, হক্কী ঈশিংনে, কবোথুমনে, তকখায়ও তৈও ফবনে।

হামেং শমপকপী মরা ফুৎলগা থকপা ফৈ।

লৈপাক কুন্দো, নিম মকু, শিং অকংবা, নিংখৌখোংলী, উচান মকুপ, মনাই অচৌবা চাং মান্ননা তিন্নদুনা ফুংলগা থল্লবদি মখল খুদিংগী ফুগাম থুংবা ফৈ।

বাগী

ফৈগল মরু মখোংদা পোম্বুবু বাগী থুংবা হায়নৈ। টৌইগুম্বসুং অসিদা নত্তনা হকচাংগী মফম অতৈদসু বাগী থুংবা যাই। অহানবদা লাইনা অসি শাই, গাংই তোংখংলি চিকই অমসুং কল্লি অদুদগী নাই চাদুনা মুল্লকই। হায়রিবা মতম অসিদা লাইহৌসু হৌই। নাই চারবদি হঞ্জিলহন্দনা নাই থোকহনবনা ফৈ। নাইথোক্তুনা হকচাং ফাজিনদ্রিবা ফাওবা অনাবা মীনা কোইচং চংপা ফড়ে।

হিদাক – খোংনাং বোটকী মনপ তৈরবদি বাগী হঞ্জিল্লি। য়েদেংম অমুবগী মনপ নত্রগা অঙ্গোৎকী মনপ থুমগা তৈরবদি বাগী হঞ্জিল্লি।

চিনি অঙৌবগা শুনুগা য়াল্লরগা নৈবদা য়াল্লা শারক্কা মতম অদুদা অশাবা অদু বাগীদা তৈবগা বাগী হঞ্জিল্লি।

হৈবোং পান্দিগী মনপ লৌরগা হন্না হন্না তৈরবদি বাগী হঞ্জিল্লি চিকপসু ফৈ। নাই চানবা থোকনবা হিদাক্তি য়াইরোংগী হিদাক অসিনা তৌবসু ফৈ।

খোংনাংবটকী মনপ নত্রগা পেরেলহেগী মনপ ফি অমদা তৈরগা নল্পবদি বাগীগী অপোম্বা হঞ্জিল্লি।

য়েকমগী অঙৌবা শকক অদু ফি মচেং অমদা তৈরগা নপুনা থল্লবদি অপোম্বা অদু ফহল্লি।

চবোইদোং মবা চেংহিদা তল্লগা তৈরবদি খৌরিদ পোম্বা অথিবম চাওথোকপা অমসুং অপোম্বা ফৈ।

মঙ্গে অমুনবগী মনপ তৈরবদি অমদি চাক্কা মৈতালগা শুগায়রগা থোল্লবদি নাই থুনা চাহল্লি।

ফি মচেং অমদা খুজুম পেরে মহী তৈরগা নল্পবদি অপোম্বা অদু হঞ্জিল্লি।

অপোম্বা মফমদা তেংনৌ মখোম তোলা ২ দা খোইহি ড্রোপ ১০ য়ানশিল্লগা ফি অপাবা অমদা তৈরগা নপশিনগনি। নপশিনবগী মথক্তা হায়রিবা হিদাক অসি কংল তৈর তৌদুনা, নোংমগুম্বা তৌগনি। অদুগী মতুংদা অনাব অদু নাই চারবসু, চাদ্রবসু ফরকই।

কেগে মানবী মরুগা লৈহাও লৈরেন কুয়োমগা তকখাইরগা অনিসি তিন্নগনি। লৈহাও হান্না তকখাইগনি কেগে মানবীদি অমগা মতেক হাপকনি। হিদাক মনানা কুপউ। উনশা তাইননবা থোইদিংথাও কুপউ।

নোংমাংখা মনা অদু য়াল্লা মুন্না ফুংলগা, অনংবা খেগুম্বা অদু, লুন্সু লুন্সু শানা তৈবিয়ু, বাঘী হঞ্জিনবনি।

চিরাইতা য়াল্লা নংলপ্পা ফুংলগা ফি অমোনবা অমনা মহি অশাবা অদুদা লুপ্পগা হিগা কন্না য়েবিয়ু হঞ্জিনবনি।

লৈবাকলৈগী মনপ অনংবা অদু কংলা তৈরা তৌবিয়ু বাঘী হঞ্জিনবনি।

তেংনৌ মখোম ফি মচেং অমদা লুপ্পগা নপুনা থস্বিয়ু হঞ্জিনবনি। নাই চারবসু য়াল্লা থুনা চাই।

তিলহৌ অমসুং চনম ফুংলগা ফোংফোং শানা ফি অপাবা অমনা পুন্সগা হিগা য়ৈবিয়ু অপোহ্বা হঞ্জিনবনি।
বাগী নত্তবা ফিনুংগী হকচাংদা পোহ্বসু ফৈ।

য়াঙৌ ফি মচেং অমদা লুপ্পগা থোমদুনা থম্বীয়ু বাগী ফবনি।

ভুগতি

লতাকুতিনে, চাইফোরনে, গুনমরীচনে, উচিখীনে, চুমথাং নমখীবীনে, উচি সম্বনে অসি কুপ্পা শুদুনা
গুলি মংগল মরু মরম চাওনা তাও অদুগা নোংমদা অহ্মক পিজৌও।

ভুগতি চাকমাংবা – লতাকুতি মনাগী মহীদা যোংকী খাবৈ মৈ ঙাংনা ইক্লগা লুপশিল্লু, মৈতৈ থুম মৈ
ঙাংনা ইক্লনা থাদৌ অদুগা থকও ফবনে।

ভুগতি সলাই তরেংকী হিদাক – এলাইজি, চাইত্রি, চাইফোর, রোং, গুন, সিং, লতাকুতি, লাইপেরক, লফুদা হম্বনা কুমবা লাই তীল্লোকনে গুলি মংগল মরুম চাওনা তাও অয়ুক নুমিমাং পিজৌ।

ভুগতি সলাই ৭ কী হিদাক হায়গে – তিনশিবী (লতাকুটি) গুন মরিচ, যাইফর, মচাফর, উচিখি, চুমথাং নমখিবী মরু, পেরুক মনা মহি, কোকল মনা মহি, শিজারৈ মনা মহি অসি পুম্মক কুপ্পা তক্তুনা গুলি
তাও। নোংমদা ৩ পিজৌ। খুলাই অরুম ভুগুতিদা অসুয়া পিজৌ ফৈয়ে।

লরাইদা থোমগদবা হিদাক হায়গে – বোরোই মনা, অরা কেগে মনা, কুপ্পা শুরগা লরাইদা থোমু
ভুগতি ফবনে খঙও।

ভুগতি মছ হাংপা – মংগল মরু ৩ গা তিংখৌ মতোল ৩ গা শায়দুনা যোংলো ফবনে।

ভুগতি চাক মাংবগী হিদাক – কবোখাজিনে, মিগ্রিনে, লুপা হিদাকনে, চম্প্রা মহীনে, কর্পুরনে পিথকউ।
লুপা হিদাক্তি মৈদা কবোক পোকহল্লগা তৌ।

বাগোল ভুগতিগী হিদাক্তি – তিনশিবী, খুজিলা, মিশি অসি তক্তুনা তিন্নরগা উচিখি তক্তুনা হানজিল্লু।
জাইফোর, লোং মপাল ৭ তংখাই তংখাই, গুন মরিশ মরু ৭ তংখাই তংখাই তক্তুনা হাপউ, লক্ষী তিকতা
তক্তুনা হাপউ। মাসি বাগোল ভুগতিগীনি। মশম জোতা তাদুনা মনা য়ৈশিনবা হায়রিবা হিদাক অসিগী
মথক্তা শিংগারৈ মতোন ৭ নুংশা হোন্দনা হেল্লগা শুগাইরগা মহী শুমজিল্লু। শেস্বাং কাওথুম ৭ মরু
তংখাই তক্তুনা হাপউ। চামস হায়বদি কুশি মচা ২ রোম শেন্সগা ১ রোম পিথকউ মিনিট ৫/৬ রোম লৈরগা
অমা পিথকউ। রোগ ভুগতি খোঙ হামই, নিংথমই, যাইঙং মচুগুয়া মাংই। বাগোল ভুগতিদি ঙাওনা নাই।
বাওগী লাইনাদি জোতা তাই মনা পঙই। তিনশিবী, খুজিলা, মিশি অহ্ম অসি রোগ ভুগতি হিদাকনি খঙউ।

তুলসী মনা, পানা মনা, শুগাইবগী মহীগা শিং মহীগা ৩ অসিগী মহী তুলা মামনা লৌরগা চামসতা
খরা খিজিক হাপ্পগা পিথকউ। লাইখাই তাদবা অনাবা অদু লাইখাই তাবনি। পুক থিনবনা খোই অকুংপদা
খরা তৈয়ু ফবনি।

হিদাক — ১ জায়ত্রি, ২ জাইফর, ৩ এলাইচী, ৪ চিরাইটা, ৫ লতাকুটি, ৬ রশ্মি তিজ্রা, ৭ গুনমরিচ, ৮ লোং, ৯ শিংখা, ১০ কোইনিয়েন, ১১ পিপোইন, ১২ বারসুলা, ১৩ জঙ্গি হরিতকী, ১৪ উকু অথুয়া, ১৫ সেন্সাং কাউথুম, ১৬ উচি শুম্বল, ১৭ লাই শেরুক, ১৮ পেরুক, ১৯ কাং মরু, ২০ খাজা মচা, ২১ য়েন্দেম মরু, ২২ মুমথজা হৌপা নাপী, ২৩ খামেন মতোন, ২৪ ঐমরা, ২৫ চম্প্রা মরা, ২৬ চম্প্রা মতোন, ২৭ পয়ত্রিশ ২৮ মসলা। ভুগতিগী গুলিনে খঙও।

ভুগতিগী হিদাক — শলথক মরু তজুনা পিথকউ।

মঙাকনবা

মঙাকনদুনা শিগে তৌরবদা তুলসী অমুবা মরা, অরাথবী মরা তজুনা শুগাইদুনা নাতোন শুমাংদা খোমউ হিংগনি।

মতম চাদনা পোক হৌবা

য়োংখিগা, জবাকুসুমলৈগা, হৈক্রুগা মুন্না তকখাইদুনা শমখোংদা তৈরবদি ফৈ।

হৈমাং মরোক্তা থাও অহিংবগা শমখোংদা তৈরবসু ফৈ।

মশা চাওখংপা

চাওখংপা ফনবা হিদাক্তি — চন্দ্রমুখি অঙৌবা, হিদাকফু মহী, গুখা অকংবা, থুম, মোরোক মরম মঙাসি ফুংলগা তৈয়ু মশা চাওখংপা ফবনি।

মশক খংদবা চাখি থকখিবগী মছ

মৈতান খরা কুপ্পা তরুগা ঈশিং অরিবগা তিল্লগা থকউ।

মছ চেনবা তিন কাংনা চিকপগী

গারিংখোই, খোইবি নমখৌনচিংবা খোইনা চিল্লবদি অচিকপা মফমদা চিনি অঙৌবা ঈশিং খজিক্তংদা নৈখাইরগা তৈরবদি নাবা ফৈ।

হজামথাও অশেংবা তৈরবসু ফৈ।

হিদাক মনা মকুপ নত্রগা তিলহৌ অমা শোইদুনা নত্রগা সনারৈ মনাগী মহি তৈরবসু ফৈ।
 মিনা চিল্লবদি চম্প্রা মহিনে ঘীনে থুমনে য়ান্নবগা তৈবগা ফৈ।
 খোইবেন হয়িংখোইনা চিল্লবদি থুম মকুপ খবা তৈবগা ফৈ।
 উচি অমসুং উতিলনা চিল্লগা থুম অমসুং মোযদা চপমান্না ফিজ়েৎ অমদা য়োন্নাগা মৈদা শাহল্লগা মিৎ
 অনিদা হিগা য়েরগা নাবা ফৈ।
 নাচন্না চিল্লবদি ওলগী মনপ নত্রগা পালগী মকাগী মনপ তৈবগা ফৈ।
 ঙাগী মচি য়ুদুনা নত্রগা হাইদুনা হ্কারবদি ঙ্গিশিং অশাবদা থুম খরা হাপুনা ফিজ়েৎ লুপুনা অশাবা হিগা
 য়ৈবা নত্রগা য়োমদুনা থল্লগা চিকপা ফৈ।
 হুই নত্রগা লমহুইনা চিল্লবদি শিবিম কৌবা উগী মক (বীজ) অমা নত্রগা ২ দং তেংনৌ মখোম তোলা
 মখাই মকমগা তক্তুনা অচিকপা মফমদুদা তৈদুনা নত্রগা থোমদুনা থল্লবদি খোইদোক্লা কিফম লৈত্রে।

মাইহিং

মাইহিংদি – ঘী, খোইক্ অনীমা ঙৌদুনা তৈও।

মাইহিং

মাইহিংদা তৈবদি – নুঙসিন অসংবনে, অঙৌবনে, হংকামথাও অহিংবা, যাইঙং মহী, থুম অচুন্না, ৫
 মা অসিব তৈও।

মাইহিং কোক্লবা

মুছবী (হরাই) অদু মোসলা তাহল্লগা মফমদুদা তৈবগা মিনিট ১৫ গী মতুংদা অমোনবা ফি অমনা
 তৈথোক্লবদি ফৈ।

মনুথুংবা

মনুথুংবা হিদাক হায়গে – থুম মৈদা ইকও, অয়াঙলৈ মনা থুমগা সুম্বান্দা সুদুনা মহীদো থকও। ১ দি
 অশিখোই মছমনে, থুমনে অনীমা মৈদা ইক্তনা য়ুরা শাদুনা ঙ্গিশিংদা চুমও থকও। ১ দি মুথুংবী। মস্ত্রদি হিংখক
 ৭ লক সোলও। মানু ১ দি পুলাইমানবী, উবী ওইনমবা, মরোকসি, কেকেমালবী মক মচেৎ অমা, কাব

মরোকসি ৫ মা অসি ঈশিংনা মুলনা ফুংতুনা পিথকও। পালকলনা নারবদা থকহলও। মউ চোকলবদি পিথকুনো।

লৈপাক মনুগী মনুদি – লৈকিংলেল কিংনাইবা থিংহুম ওং ওং সেং উম স্বাহা অসি সোল্লো। হিদাক্তি–
লৈসৌপুঙদা কোনয়াই পুমা থাও। চেং খরা য়েকম ১ অসি থাদুনা লৌও। য়োংনে, লৈপাকনে, ঙাঙনা
ইক্তনা লৈসৌপুঙদা কোনয়াই পুমা থাও। চেং খরা য়েকম ১ অসি থাদুনা লৌও। য়োংনে, লৈপাক্লে, ঙাঙনা
ইক্তনা চুদনা পিথকও। তৈনবদি অয়াঙলৈ মনা, উরোক সামল অনীমগী মহীনা নোংমৈ তাঙকোইগা থাচিলদা
তৈও উলকুম চিকপনে।

ঈশিং মনুগী লাইসোলদি – সরৈলংপা কৌয়ে, লাইরেন্মদি সুইরেনু কৌয়ে। ইথৈ সারে তিনসংলেল
কৌয়ে। হিদাক্তি – থুম ঙাঙনা ইক্তনা ঈশিং লারোই সানা পিথকও। পানা খাঙবা উরী, সিংখা, কেত্ৰু তক্তনা
থাচিলদা তৈও ফবনে।

নোংশিং মনুগী হিদাক্তি – তেখাও য়াইখু, থরোইপিচুপ, লমসিং, মরোকসি মশুম ৫ গী মহীনা তৈও।
নমগন থবাক থুমা তৈও পুক য়ৌকুনো। ইংনা হোংও খৌথরবদা য়াফমদা চঙগনে ঙাকও। কংগু থুম ২
মানা য়াফমদা কোইনা তৈও। খোয় মখাদা উরোক সামল মহীদা, চোংখাল মচংগা ২ মা তৈও। মনুদি – উং
স্বাহা ফেং উম স্বাহা অসি সোলও।

মৈ মনুগী হিদাক্তি – লৈসৌনে, লৈসিং খোম্বীনে, লৈপাক্লে মরা, নোংমৈ তাঙকোই ৪ মা অসিবু
সুদুনা থাচিলদা থোম্বীও।

মনু ফবদি

মনু ৮ গী অনাবদি – লৈপাক মনু ওইরবদি – য়ুম তরেংকী সাইচুমগী লৈপাক, চুহী, ফকপাই মহী
তোতুনা থকও।

ঈশিং মনুদি – পানখোক মনা তরেত্তা ঈশিং হাপও, সীঙ মরম তরেং চুও শুনু মোরোক হাপনা থাকও ফৈএ।

নোংশিং মনুদি – নাপী অরেঙবা, ককচেং মছমদা শিবা, লেল হান্না তাবা মহী অছম্মা তোতুনা থকও।

মৈ মনুদি – ফুঙ্গা তরেংকী মৈতান, কেত্ৰু, ওকহিদাক অছম্মা তকও, য়াইঙুনা মহী ওইনা থকও।

ঙা মনুদি – ঙা মরম তরেংকী মশাবু মৈদা ইকও, উতী চুমও, হৈখাকোক মহৈ য়ালদনা থকও।

শা মনুদি – হৌদোংগী নাওয়োমবু ঈশিংদা তিঙদুনা মনাইগা য়ান্না থকও।

নোংথৌ মনুদি – থারানমিচাক মথী ফায়রকলিঙৈ লৈপাক লৌদুনা সাইচুমগীগা য়ান্না থকও।

মী মনুদি – মী তরেংকী মমিং ইদুনা মৈদা ইকও উংতী চুমও, মোরোক থুম তোতুনা চাও।

মনু নিপালমগী সুপ্রা ফবদি থাংজ নুমিংথুবা য়েকম ফুংও। মমুংতা নোংমৈশীংজং, শুম্বন পুংথবা,
উহ্লমরা অছম্মা তকও, তেখাও য়াইখুনা মহী ওইও। অসি খৈবিক তোতুনা লশিং মরু মরম তাদুনা চাও ফৈএ।

মনু থুংবা

মনু ৮ গী মমিংদি – শা মনু, ঙা মনু, মী মনু, লৈপাক মনু, নোংখৌ মনু, মৈ মনু, ঈশিং মনু, নোংশিং মনু অসিনি।

মনুগী হিদাক্তি – পোকলাওবী মারবু থাঙসা নুমিত্তা ফুকও। খোয় মথক্তা থোমও। মানু লৈরবদি ত্রুক ত্রুক খোংবনে, লৈতরবদি খোংদবনে। মুরোকসীগা, চুইগা, চাবোলগা অহ্মা চাও হকসাংসুঙ কনলে, অনাবসুঙ ফৈয়ে।

থাংজদা কোকপা য়েকম মমুং, উহল মরা, তেথাও য়াইখুগী মহিদা কুপ্পা তক্তুনা তিল্লগা লশিং মরমুক চাওনা তারগা চাং নাইনা চাও। মনু নিপানগী লাইনা শুপ্পা ফৈ।

মনু মালতক থুংবা

মনু মালতক থুংলাপাদা – থুমপু মৈদা ইকতুনা তৈও। লাইসোলদি থারারেল মাতু চাহা হিংচী চুকোকপী সোলও। হিদাক্তি – মুম মারা, থিংকু মাকোক অসি খৈবিক তক্তুনা লাফু মহীনা ঈশিং ওইও। খামারল লাইসোলদি – সংক মায়্যাং মাখানিং মালতক বে বে স্বা, নোংলাং লীকলাংবা মালতক নঙবু ফৈনা চাকানে। হংকাম থাও থুম অনীমা তৈও। ইশিংনে, হৈনে ঙাকও।

ময়াং কংবা নোইখৎনবা

কোঙৌয়েন খজিং অতেকপগা থোংলগা চারবদি ময়াংকংবদু নোইখৎপনে।

ময়াং লাইকোই

ময়াং লাইকোই থরোইকুপ অনীমদি – কংফান্দা হৌবা লাইরেলচাক মনানা ঈ-হৌনবা তকও অদুগা মখোমবু তত্তনা তৈও ফৈয়ে।

ময়াং লাইকোই

থরোই, কুমত্রক, লাইরেলচাক, ফকপাই তিনদনা তৈয়ু ফবনে খঙও। হকচাং পাংথোকপা, হাক্কজবদি – শামু লন্সেল, নুংশিল তক্তুনা তৈয়ু ফবনে খঙও।

ময়াং লাইকোই (থরোইকুপ) তি – ঈ-থোক্লা য়াংলগা লাইরেনচাক মখোম তৈয়ু। ফদিগোম নোইয়ু।

ময়াং লাইকোই থরোইকুপ ২ মদি – কংফান্দা হৌবা লাইরেলচাক্লা তকও। মখোমনসু থিলও ফয়ে। হাক্কচবা অপাংপা খৈবিকসুং ফয়ে। নমমেল নুংসিল ২ মা তক্তুনা তৈও ফয়ে।

শলখি অকংবনা তরুগা, চরাই শাবী মরক্তা তোংবা তিল (মৈপোকপী) অদু ফারগা মনিং অদু থুদেঙ্গুগা তৈশিল্লবদি ময়াং লাইকোইদগী মহিক অদু শি অমসুং ফৈ।

ময়াং লাইকোই হকচাংদা য়ান্না থুংজিল্লবদি ঐনা খাংবা ওম্বা ঈশিং অশাবদা অনাবদু মিনিট ১৫ তিংগনি অমসুং হেক লোইবগা শুনু মহি অইংবদা অমুক মিনিট ১৫ তিংগদবনি। অদুগী তুংদা কেত্তু ঈশিংদা নোইবগা অনাবদু চামথোক্কদবনি অদুগা কোস্ত্রেং মৈ থাদেঙ্গুগা মকুপ তোলা ১, সিন্দুর রতি ৬, রসসিন্দুর যব ১, শুনু অকংবা শিকি অমগী মরুমগা, নিমুকী থাওগা হাপ্তুনা তৈরবদি অয়াম্বা লাইকোই ফৈ অমসুং অপাংপদসু হিদাক অসি য়ান্না ফৈ।

মারাউ লাই

মারাউ লাইদি – উ কাঙ্খাইবী, লোং, যাইঙং, উহল মরা অসি তক্তনা তৈও। মায়োকফা মকুগা চেংপাক কপোকা য়ান্না ফুংও থকও। চাকচামাঙ সলখোম অহিংবগা থকও।

মুরাও লাইগী হিদাক্তি – উকঙ, যাইঙঙ, রোং, উহল মরা অসিদি তকতুনা তৈও। মায়োকফা মকু, চেং কবোকা য়ান্না ঈশিংদা ফুত্তুনা থকও। চাকচামাঙদি চুহী ওইরবসু শলখোম ওইরবসু অফংবা অমতং থকও। অসিনা ওমদরবদি লমলেন, কবো মোরোকসী, উচিথী অহ্মা য়ান্না চাও। অসী চারিঙৈদি অয়াঙলৈ মনা ফুত্তুনা থকও।

মুরাও লাইদি – লৈসৌ পুঙদা হৈরা পানা কা অথুম অহাও থাওমৈ অমা থাও ইরাংও। খুকুমদুনা – হে পোলপী লুরাউবা অসিগী নুমিত্তা নংগী খুয়াদগী হিদাক নিগে। অনাবা অসিদো নংনা তাইথনা কোকপীও হায়দুনা লৈসৌ পুরকও। ঈশিংদা নৈদুনা কোকপারেল মরম নুমিং খুদিং থকও। লরাইদসুও তৈও অনাবা ফরবনে। মঙোন্দা লাইখৌও লাই লৈতরবদি তারাবদি হনচিলয়ে খঙও।

মাসিংখাদা থুংবা লাইথুং

হৈপা মনা অঙাংববু য়েনসাঙ চাও। মাসিংখাদা থুংবা লাইথুং ২০ ফয়ে।

মাংনবা

অমাংবা পুক যৈথনবা হিদাক্তি – গুনমরিচ মরু তরেং, লোংমপাল তরেং, পানা মনা অমা কংনা ফৌরগা অসি পুম্মক কুপ্পা তকখাইরগা ফিনা নিরুগা তেংনৌ মথোমনা গুলি তাও। নোংমদা গুলি অহ্ম চাও। মাংবা ওক্লে হায়রগা চাক চাও। মাংবা ফগনি মছ লৈতে কিগনু।

মাংবা খমদবা

জুলাপ চাবনা মাংবা খমদ্রবদি বদাম তেলগী থাও তোলা ১ মখাই পিথকউ ফবনে। খঙও।

মিংথৌ

লাইশোল – মীকক অমা হান্না মিংথৌদা উল্লগা “মিংথৌ নং ওসিদগী পিক্কা, পিক্কাইদবা লৈরবদি মীককমুক চাউরো, গুরুগী য়াথংনি” ইমুং থংবা থোঙজিন মপান্দা লেপ্লগা তুং ওহোয়্লগা করাংদা মপান য়োনবা লংথোকখিগনি।

হিদাক্তি – তিংথৌ থংপগী মহি, অরাথবী, অশি হৈবোং মথোম তৈগনি।

মিং উদবা

মাইবেন অখাবা, য়েন্দম অমুবী মরু, মৌবী মইহে অহুম অসি তকখায়বগা লরাইদা থোম্বা মিং উদবা ফৈ।

মিংকী অকাপ্পা

মিংকী অকাপ্পদি – অপোম্বদা হৈরাঙখোই মরু অমতা পালবগা উশিংশাগা তক্তনা তৈও।

মিংকী হিদাক

তুলসী মতোল তরেংকী মহী সুমও, মিংতা হাপও ফবনে।

মিং তুম চঙলবদা

মিং তুম চঙলবদা পংয়াংনা মনাক্তা থমও। অদুগা লৌথোকও ওম্বনে।

মিংতা মহিক লৈরবদি

কোরীগী তেংকোংতা হৈবুং মহিনে, সেল মাখায় অমনে, পিথ্বাই খুদোপনে, তিঙদনা লসিংনা তেপ শাদনা থোমও ফবনে।

মিৎতা সহিং থোংপা

মিৎতা সাহিং থোংপদি – সা মতু মৈদা ইকও, তাঙকোইদা শুনু হৈবুং মহী তোংতুনা তৈও। সা ওইবা অমগী মমিৎতা য়েংদুনা সা চি সা য়াগে, অমাই সা মিৎ তাঙবা নংলৌখিও হায়না অতৈদো মঙোন্দা তৈচিল্লমও ফয়ে।

মিৎতা সাহিং থুংবদি – বালতেংখোইবীনা মিৎতা সোক্রা হুমশিললো সোল্লো। হুমাইদি লৈখোমদা ফুমও, থরোই মনুংদগী মহীগা নম্মেলগা অনীমা য়ালদুনা হৈজিল্লো ফৈয়ে।

মিৎথৌ

মিৎ মপান্দা ফুরিগুন্না থুংলবদি মদুবু মিৎথৌ কৌই। মিৎথৌ থুংলবদি মেরুক অমা খুংনা পায়রগা, পোসিবা মিঙা উপশিল্লু। মাজোল ওইরগা দরীদা, ইমুং ওইরগা থোঙজিন্দা লেপ্পগা, মিৎথৌ নঙনা চাউগে হায়রগা মেরুক মরুম চাউরো, পিক্কে হায়রগা পিশক পিকও হায়দুনা কোক রাংমা লান্না হুম্দেরকখো। হন্ন্য য়েংলমদনা ইমুংদা চঙউ শোয়দনা ফৈ।

মিৎ নাপু কাবা

চাবদা কান্না, তিন অতেনবা, মতম কাইনা চাবা, যু থকপনচিংবদগী ফিরাঙা নাবা অনাবা অসি ওই। লাইওংদি – লাইনা অসিনা নাবা মী অদুগী মশাগী মচু, মিৎকী মচু অমসুং য়ুং হুমাংনচিংবা নাপু মান্নি। অদুদগী হেন্দোক্তুনা অনাবা মী অদুনা উবা পোং পুম্মক য়াইঙঙ মচু মান্না উই। মশাগী হুমাং অমসুং মানা হিল্লা ফমুংগী য়াইথ ফাওবা নাপু মচু ওইনা চুই। খোং হান্না শুগংপা নত্রগা খোং পেং পেং হান্না, চিন্দা অখাবা তিল চুংবা, লৈতানগুন্না নত্রগা অঙোবা মচুগী থি ফাইবা, মিহ্ন খরা থকপা থজিন য়েংথংবা শদোন্দগী কময়্যাকাওবা নম্মদা য়ান্না নাবা, হকচাং ইশোন শোনবনচিংবা তৌই। লাইনা অসি তৌরবদি গু, ঘী, শঙ্কোম, অথুন্না পোং চাবা ফন্তে।

হিদাক – চিনিগা মনাই মকুপ তোলা মখাই অমমমগা নিতিগী চারবদি মিৎ নাপু কাবা ফৈ।

উনাপু নিংথৌখোংলি নত্রগা নিমমকুগী মাই তোলা মখাই অমমম নিতিগী খোইহিগা চারবদি মঙা তক্কিন্দা মিৎ নাপু কাবা ফৈ।

য়াইঙং তোলা অনি ঈশিং সের মখাইদা ফুংলগা পৌরা মখাইদা লৌদুনা য়াইঙং মকুপ শিকিগী মরুম হাপতুনা চারবসু ফৈ।

মিং নাবা

মুকুরৈ অঙৌবা মরানে, চম্প্রা মহীনে তক্তনা মিৎতা হাপও মিৎ নাবা ফবনে। ১ দি – মিৎ নাবদা সিংখা মহী হাপও ফেয়ে। উচি সামল মহীসু ফৈ। উচাল মহীসু ফৈ। উচাল মবেক তৈও ফৈ। মিৎ চোংথোকপা ফৈ। তুবি নায়াং সিংনা সিংখৌও, লাইরেল নকুছনা হুথরো। সাগোলনা ঙংবগুম ও রক তৌও। ওক্লা ঙংবগুম ও রক তৌও।

মিং নাবদা সোলনবদি – উংস্রেসা প্ৰেপা স্বা। খুংসুদি হমিং মকোক ১ চাক মতেক ১ কবো মরোকসি ১ অহম অসি তক্তনা মিৎতা কাপচিল্লো। অদুগা নহা ১ বু ঈশিং শোকহলও। ঈশিং মহাকপু ফি মরোল ৭ না লোমদনা পুখমদা চুমও। ঈশিং পুখমনুংদুদা অনাবগী মমাই উপহল্লো। কেকে অঙাঙবা মাথোক ৭ না ১ লৌদুনা কেকে মচীল অদুগা কামখৎনা সোলও। কামখৎপা অদুগা ২ মাদা লাইমিং অসিবু তোকহালনা কামও। ভৌতোংনা চিংনা মিৎ নারিবা খৈবিক ফবনে।

লাইনা অসি – মিত্তা উফুল, নুংশিং, নুংশা, নেশা কাবা পোং চাবা অমসুং থকপা, কপ্লা, পুক্লিং য়ামনা রাবা অমসুং অকুপ্লা পোংনচিংবা শিজিন্নবদগী লাইনা অসি ওইরকই।

হিদাক – হৈগ্র ১০ মুক শুগাইদুনা, ঈশিং পরা মখাই ১ দা তিংলগা শেংনা চুমথোক্লগা মিত্তা হাপ্লবসু মিৎ নাবা ফৈ।

কাংকোন মানা মাহিনে, থুমনে, সেল মাখায় অমনে পিত্তাই তেংকোংতা তিঙুদনা মিৎলুদা হাপও ফবনে।

মিংকী অনাবা মখৈদি স্বাগী মকুপকা লোয়ননা ত্রিফল পিজৌ। স্বা মকুপনা শকক অমা ত্রিফলনা শকক ২ অসুন্না তিনগনি। ত্রিফলদা ঘী, খোইহি হাপুনা গুলি খুংয়াইমকম চাওনা তাবগা পিজৌ ফৈয়ে।

মিং নাবা

কুইনা অকুপ্লা পোং য়েংবা (লাইরিক য়েংবনচিংবা) মিত্তা উফুল, নুংশিং, নুংশা চাবা, নেশা কাবা পোং চাবা থকপা, কপ্লা, পুক্লিং য়াম্না রাবা অসিনাচিংবদগী মিৎ নাই।

হিদাক – ১) হৈক্রু মহি লিক্লা ২/৩দং মিত্তা হাপ্লবদি মিৎ নাবা ঙাংবা ফৈ।

২) কবিরৈ(করবীর লৈ) মনা থংলগা মহি থোরকপা অদু মিত্তা হাপ্লগা মিৎ নাবা ফৈ।

৩) হৈখাগোক মনাগী মহি তোলা মখাই অমদা সৈন্ধব (থুম) চংনিং ২ শলগী ঘী চংনিং ৪ অসি কোরিগী পাত্রদা লিক্কোন্না তক্লগা মীগী খোমদা মহি লাংনা নৈখাইরগা মিৎতা হাপ্লবদি পোন্না, চক-চক থিনবা, পি তাবা, ঈ তাবা ফৈ।

৪) শিংখা, নিম মনা তক্তনা মদুদা (সৈন্ধব লবন) থুম খরা য়ানশিন্দুনা খরা শাহলগা মিৎকী অকোইবদা মপান্দা তৈরবদি পোন্না নাবা ফৈ।

৫) হৈক্রু ফুংলগা মহি অদু মিৎতা হাপ্লবদি মিৎ নাবা পুন্মক ফৈ।

মিৎ নাবগী

তিলহৌ অফবা মরু অমা শুগায়রগা মচুমদু মিৎতা খরা হাপ্পু। মসি অহল ওইরকপগী মিৎ উদবা উনবনে।

মিৎ নাবা ফনবা হিদাক্তি – লফু মরু অপুস্বাগী ময়াইদা থাঙনা কোংথোক্কগা, কোংথোকপা মফমদা থোরকপা মহীদু লৌরগা মিৎ অনাবদা হাপ্পু ফৈ। ফত্রিবা মথৈ তৌ।

কস্মিরৈ মনাগী মহি, অলু শিংলগা থোম্বা মিৎ নাবা ফৈ। যাতিকুপ্পী মনা তোৰেবাং শিংলগা থাও অহিংবগা লোয়ননা খামেন অশিনবসু কোক্তা থোমগনি। হৈনা কোন্দোন, কেগে অঙাংবা মনা, খজিং অতেকপা, চেংহি ফুত্তুনা হিগা য়েগনি। থরোই নীংখাবীগা কালৈগা শুগাইরগা কোক্তা থোম্বা ফৈ। শাগোলহিদাক মনা কুপহল্লগা মিৎকী নাচেপ্তা তৈবা ফৈ। অঙাংগী মিৎ নাবদি মমাগী থোম শুমজিল্লবসু ফৈ। হঙ্গমথাও অশেংবা, থম্বালগী খোইহি মিভা হাপ্পা ফৈ।

চাবদি – শঙ্কোম মপাল, চনম, তিলহৌ, কোঙ্গুং বীদা ঠৌরগা চাবা ফৈ। লম ইকাইথবী চিনিগা ফুংলগা থকপা ফৈ। অরাথবী অমুনবগা খোইহিগা চাবা ফৈ। হৈখাগোক মনাগী মহিগা খোইহিগা থকপা ফৈ। নুংশিংহিদাক খোইহিগা থকপা কান্নৈ। থবী মহি, গাজর মহি, খামেন অশিনবা মহি, য়ইঙং মহি চিনি অঙাংবগা থকউ। পেরুক মনা মোরোক মনা চিনিগা ফুংলগা থকউ। ঈশিং যেনশাং ফুংলগা থকপা চাবা ফৈ। ঈশিংকুন্দো ঙাখা ৭ কা থোংলগা চাবসু ফৈ।

তিনশিবি মতোং খোইহিগা চাবা ফৈ। কবো লৈভেংগা খোইহিগা চাবা ফৈ। থুম মোরোক রাংনা হৈবী শিংজু চাবা ফৈ। লমাংখা অশিনবা মনা ঙাখা অতেকপগা থোংদুনা চাও। তিলহৌ মহিগী মচুম হাপ্পা ঠৌদোং ফৈ।

মিৎ নাবদি – চেং মপুম অহুম, হয়িং মকোক ৩, কাব মুরোকসী ৩ অসি তজুনা তৈও ফৈয়ে।

মিৎ নাবদি – চামেল, ওকহীদাক অনীমা তৈও।

মিৎ নাবা সাইং

মিৎনাবা সাইংদি – শা মতুসু মৈদা ইকও, তাক্কাইদা শুনু, হৈবুং মহী রা মনা তরেত্তা কেগে মনা তরেংনা সোমদুনা রাইমৈদা ফুমও। নুঙদা তজুনা লমলেন্না মহী ওইনা তৈও।

রাপন মখোঙদা য়েকুম, লৈ, কোনয়াই হাপও। নুমিং থোক্কপা, যুংবা, নুমিং তাখিবা অহুম্বদা নুমিং মতৌয়েংনা থাও। মিৎতারেঙ মিৎহীংচাং মানীক হায়না শোলও ওম্বনে খঙও। হৌগনে হায়রবাদি ঈ-চানবা লায়োন হৈগ্ৰ চমনা ফুংও লমলেন্না মহী ওইনা থকও হলফারারোইয়ে ফৈয়ে।

ঠৌদোংদি – ঝালতেংখোইবী মনা অমবু চৈনা চপ্তুনা মিৎতা হাপ্প শোলও। মিৎ মাচি হাই হায়না শোলও। অদুগা থরোই মনুংদগী ঈশিংনে লমলেন্নে অনীমা য়াম্না মিভা হাপ্পা শোলও ফৈয়ে।

মীরোল্লিঙৈগী লাইনা

নুপীশিংনা মীরোল্লিঙৈদা লাইহৌ, খোংহান্না, ওবা, লোকখুবা, কোক ঙাওবা, ঈ তাবা, গভদা অখিন-
অবেংনচিংবা তৌরুল্লবদি মখাগী হিদাকশিং অসি পিজগনি।

- ১) কিসমিস, নুজারৈ মক, রক্তচন্দন, লোধ (কবিরাজদগী ফংই) হায়রিবা ময়ানশিং অসি মুন্না ফুংলগা
থরুবসু ফৈ।
- ২) কেগে মরা, নিংখৌখোংলি, রক্তচন্দন, উচাল মনা, থম্বাল মখোক, মঞ্জিষ্টা (কবিরাজদগী ফংই)
হায়রিবা ময়ানশিং অসি মুন্না ফুংলগা থরুবসু ফৈ।

মীনা য়ৈরবা

লাইহিদাক, যাইসাকোন মকোক, তেখাও যাইখু, লংমাই য়েনখা, যাইঙঙ, কাংছ অসী খৈবিক সুদুনা
মৈদা লোন্দুনা সানা তৈও।

মৈগী য়াফম

মৈগী য়াফম ফন্তরবদি — উচাল মরেক, কনতুক, চামেল, কেত্ৰু, চমপ্রা মনা তজুনা তৈও। লফু থম্বাল
মহী, উথুম মহী, অনীমা তিন্না থকও।

মৈনা চাকপা

মৈনা চাকবদি — থুম সায়রগা কামসিলও, মহী তৈয়ো। ১দি সাঙাই মচী তজুনা তৈয়ো মৈনা পোকপা
হৌনদরে।

মৈনা পোকপা

য়েকুম মমুংঅদু মৈনা পোকপা মফমদা তৈরগা থোমউ মৈশা মুংপনে।

মৈ পোকপাদি — যুম মৈ হৌবগী তাঙকোইগী লৈপাকনে, হৈবুং মহীনে, লংমাই য়েনখা তাঙকোই,
কালবিৰৈ মহীনা তোংও তৈও ফয়ে।

মৈনা পোকপগী হিদাক

- ১) খোইহি অফবা তৈরবসু ফৈ।
- ২) যুবি থাওগা, শুনু অতিংবগী মহিগা য়ান্নরগা তৈরবদি থুনা ঈংই।
- ৩) লফু থরোগী মহি তৈরবসু শাবা ফৈ।

মৈনা পোকপা

ঈশিং অঈংবদা লুপুনা থম্বা ফৈ। উনশা চাকখিবা মফম শয়োন চিংখৎনবগীদমক নোংম নোংমগী য়েৰুম মমুং অমমম তৈবা শয়োন চিংখৎলি।

থম্বাল অকংবা মৈদা থারগা ঘীগা তোংলগা তৈয়ু। মৈনা পোকপা উন হোদোকপা ফবনে।

মৈনা পোকপা – হোংঙু শিংশিংতা শিংলগা মহি তৈয়ু।

- ১) আলু শিংশিত্তা শিংলগা ফিদা হাপ্পা তাদনবা থোম্বা ফৈ, আলু মকুপসু থোম্বদা ইংই, পোকখায়হন্দে ফৈ।
- ২) শুনু ঈক থাও অহিংবগা তিন্নরগা তৈবা মৈনা পোকপা ফহল্লি।

মৈনা পোকপা

শপ্পোম অনৌবা, অফম্বা, ঘী অহুমসি তিন্নরগা তৈয়ু মৈনা পোকপা ফৈ। নত্রগা শুনু ঈরুগী ঈশিংদা থোইদিংথাও হাপ্পুনা নোইরগা মোলোমদৌনা তৌরবা কান্দা তৈয়ু। মৈনা পোকপা ফৈ।

মৈনা পোকপদি – যুম মৈহৌবদা মৈ চাকপগী তাপ্পোয় লৈপাক, হৈবুং, লংমাইয়েনখা অনীমা মৈদা ইকও। তাপ্পোই অহুম্বা অসিদো নমমেম্বে, কালবিবৈ অনীমদি মহী ওইনা য়ান্নবগা তৈও। লাইপী ওইনা তল্পবদি য়াই মঙাসুনা তকখায়দুনা থোমশিলও ফৈয়ে।

খোইহি অফবা নত্রগা থোমদ্রোকপি মনাগী মহি তৈরবদি শাবা ফৈ।

টার্শিন থাও তৈরবসু মৈনা পোকপা শাবা ফৈ। কেগেথাও তৈরবসু ফৈ। মোরোক অকংবা অদু ঈশিংদা তিৎলগা মেত্তুনা তৈরবসু ফৈ।

লফু থরোগী মহি তৈরবসু শাবা ফৈ। যুবি থাওগা শুনুতিংবগী মহিগা য়ান্নবগা তৈরবদি থুনা শাবা ফৈ।

শাবা ফরগা কেগেথাও নত্রগা ঘীদা নিম মনা গৌরগা চুমথোকজুনা মাদু তৈরবসু ফৈ। মসি তৈরগা মোইথাপ অফবা নত্রগা ফি অমোনবা অদু ঘী অদুদা লুপ্পা থোমদুনা থমগদবনি।

য়েকুম মমুং অদু থোমলবসু মৈনা পোকপাগী শাবা ফৈ।

মুবিথাও ছটাক অমা খোইরু তোলা মখাই অমা, মুদ্রাশঙ্খ শিকিগী মরুম, রস মনিক সিকিগী মরুম
অসি মৈদা খরা শৌহল্লগা তৈরবসু ফৈ।

মৈপোকপি লাই

মৈপোকপি লাইদি — যুম মৈ হৌবগী তাঙকোই, লৈচাক, লংমাইয়েনখাগী তাঙকোই, কামবিরৈ মহী,
হৈবুং মহীনা তোংনা তৈও ফৈয়ে।

মৈপোকপী লাইগুম থুবগী

মায়দা মারিক মারিক মৈপোকপী লাইগুম থুলবগী হিদাক্তি — চকপা হৈক্ৰু মারা, চাঙ হৈক্ৰু মারা,
নোংখঙ মারা অহুম্মা তক্তুনা তৈও। নুংদা থক্ৰুবিদি — ঈশিং কাংক্রৌ মারা, পুংফাই নাপাকপী মারা, উহল
মারা, উনামাল মারা মরিস্মপু ঈশিংদা চন্দোন ওইনা তক্তুনা পিথকও ফৈয়ে।

মৌনবা পোং চারুবা

কেরোসিন থাও, অফিং, শগোইহিদাক চাদুনা হকচাংদা বেরা তৌরক্ৰুবিদি, ওথোকহনগনি। থুম খুৰী
অমরোমদং ঈশিং যাউম অমদা নৈখাইরগা পিথক্ৰুবসু ওগনি। মিনিট ৪/৫ গী মনুংদা ওরকত্রবিদি অমুকসু
পিথক্ৰুনি।

শুনু হেন্না চারদুনা পুজা বেরা তৌরবিদি হৈনৌজোম মহি পিথক্ৰুগা ফৈ নত্রগা চম্প্রা মহিসু ফৈ।

হোংঙ চারুদুনা লেংলবিদি মঙ্গৈ চারগা ফৈ।

থৈবোং চারুদুনা পুকনারবিদি লফোই চারগা ফৈ।

শক্ৰোম অনৌবা যাম্মা চামন্দুনা পুক নুংঙাইত্রবিদি মনাই অমতং চারগা ফৈ।

লফোই চাদুনা হকচাং নুংঙাইত্রবিদি ঘী চারগা ফৈ।

চেংপাক চাদুনা পুক নুংঙাইত্রবিদি মনাই চারগা ফৈ।

রিতু

নাই তাবনচিংবা রিতু লাইনাগী হিদাক — তেখাও য়াইখু, ওকহিদাক কংনা ফৌরগা তুলা মাম্না লৌরগা
ফিনা নিরুগা খোইহিনা গুলি খুংয়াই মরুম চাওনা তাদুনা চাও ফবনি খঙও।

রিতু খোং হান্সা

পেরুক মহিদা থুম মৈ ইক্তুনা খাদরগা থকউ। রিতুনা খোং হান্সা ফৈ।

রিতু চন্তবা, হকচাং শিথবা, পঙথবা, ফুগামথুংবা, না পঙবা

সিতামিশ্রি তোলা ৫ তেখাও যাইখু তোলা ৫ কংনা ফৌবিউ। যুবী তোলা ৫ যাইফর তোলা ১ যাইত্রি তোলা ১, তিলহৌ তোলা ১, চনম তোলা ১, কালিজিরা তোলা ১, লোং তোলা ১ চামত্রক তোলা ১, পাখোন তোলা ১, যা চন্দন তোলা ১, রক্ত চন্দন তোলা ১, জমেন। শিকি অমা, ভরি, গন্ধুক। শিকি অমা পুম্মক অসি কুপ্তা তরুগা যুবী অমগী মনুংদা হাপুনা, ফৌ মনুংদা নুমিং ৭ নি ফুম্মগা লৌথোক্তুনা গুলি তারগা কংনা ফৌদোকউ। অয়ুক্তা গুলি অমগা ঈশিং অশাবগা নুংদাংদা চিনি অঙৌবগা চাবীয়ু, ঈগী য়াল্লা ফরবা হিদাক্লি। খাতু (রিতু) চন্তবা, হকচাং শিথবা, পঙথবা, ফুগাম থুংবা, মনা পঙবা ফবনি। হকচাং য়াল্লা কল্লা নারবদি পিজগনু।

রিতু নায় তাবা

হিদাক্তি — নিংখৌখোংলী অশংবা শুগায়রগা, ঈশিং খরদা অহিং অমা তিংলগা অয়ুক্তা য়াল্লা নৌই নৌইদুনা চান্নবগী মতুংদা ফি অমদা চুমথোক্তুনা মহী লৌগনি। মহিদু খোইহি চামচ মঙা তিস্দুনা পিথক্লবদি ঈশিং চংপদা শাবা অমদি নায় তাবদু ফগনি।

লাইনা অসি লৈবা মীগা ফিরোল তিল্লবা, চামিন তুমিল্লবা অমসুং চাবা থকপা চিঞ্জাক্লিৎবদগী লাইনা অসি তৌই। মাসি লৌনবা য়াবা লাইনানি। মহিক অসিবু ডাক্তরনা “গনোকোকশ” কৌই। তারিবা নাই অদুদা মহিক অসি যাওই।

লাইওং — ঈশিং উতোং শাবা, ঈশিং চংপদা য়াল্লা নাবা, অহানবদা ঈশিংগুম্বা অনৈবা, অদুদগী অঙৌবা নত্রগা য়াইঙঙ মানবা নাই তাবনচিংবা তৌই। মাসি নিংখিনা লাইয়েংবিহৌদ্রবদি খুংখোং চিংশিনবা কুচু মাংবা হকচাং শিথবনচিংবা তৌরকই।

সনা খোংনাংগী মখোম চংনিং ৬ তং ঈশিংদা হাপুনা নোংমদা অসুম তৌনা ২/৩ লক পিথক্লবদি নাই তাবা অনৌবদি য়াল্লা থুনা ফৈ।

সনাখোংনাং মকু শুগাইরগা ঈশিংদা লোল্লগা চুমদুনা অনংবা মহি অদু নত্রগা ঈশিং য়াউম অমদা ফিজকিরি চংনিং ২ দং হাপুনা লিঙ্গদা পিচকারিনা চান্নবদি নাইতাবা ফৈ।

তিংখৌ মহি ছটাক মখাই অমদা কাশিগী চিনি অঙৌবা খরা য়ান্দুনা চারবদি নাইতাবগী শাবা য়েকপা ফৈ।

হেহ্রু মহি তোলা অনি য়াইঙঙ মকুপ সিকিগী মকুম খোইহি শিকিগী মকুমগা য়ান্দুনা অসুম তৌনা নোংমদা অহ্মলক থক্লবদি য়াল্লা ফৈ।

শিজ্জারৈ মনা তোলা ৫ য়ান্না নিংখিনা তরুগা চিনি তোলা ২ য়ান্দুনা ঈশিং পৌরা মখাই অমদা চুম্গা নৈখাইদুনা চুম্গা থরুবদি নাই তাবা চিকপা শাবা ফৈ। লাইনা অসিনা নারবদি তিলহৌ চনম চাবা ফন্তে। অইংবা পোং চাবসু ফন্তে। মরমদি হকচাংগী তাং তাংদা চিকপা লাইনা তৌরকপা য়াই, মাদু তৌরবদি ফবা রাই।

য়াইঙঙ মহী তোলা অমগা খোইহীগা লোয়ননা থরুবদি ধাতু নাই তাবা ফহল্লি।

নিংখৌখোংলি, তেলহিদাক চাং মামনা লৌরগা ঈশিংদা ফুংলগা মহী অদুদা অয়াংলৈ, কুড়াচি, হিং মকুপ হাপ্পগা থরুবদি ধাতু নাই তাবা ফহল্লি।

হৈবী মনা ফুংলগা শৌজখোংদা মনিল য়ৈহনবা অমদি ফম্বা ধাতু নাই তাবা ঈ তাবা ফহল্লি।

রিতু নুংশং

পুংফাইনে, পাত্ৰা লুখানে ২ অসি ফুত্তুনা থকউ ফবনে।

রিতুনা নাবা

রিতু য়েনবা হিদাক হায়গে – নিম মনা মহিগা, শিং মহি, ঘীগা অছম অসি তুলা মামনা তোংলগা খোঙদা হৌনা ফৈগল মরু খুংনচিংবা কংল তৈরা তৌগনি। মরি মঙারক তৈরবা মতুংদা শারেং ময়া নত্রগা উরিং মছমনা খোত্তুনা লমশিং তৈগনি, নুংখিন্দা তৈগদবনি। নুমিদাংদা চেং ময়াংখাং বারো মুসলা, য়েনখং, থুম নল্লবা হাপকনি হায়রিবসি চাগেম পোমদুনা অহিং তুম্বদা ফৈ মরুদা খোমগনি খঙঙ। শেংনা চামথোক্লগা মথক্কী হিদাক অসি তৈগনি মরক মরজা হিগা য়ৈগনি। য়ৈগদবা হিদাক্তি – কেগে অঙাংবা, শলথক মরা, গাং মমিং, পুঁলৈ মানবী। লাই মরম তরেং – ১) লাইকি ১) লাইতাক ৩) লাই উতোং ৪) লাইকরোং হৈ ৫) লাই পেরুক ৬) লাই চাংখুং ৭) লাইউ উতোং।

য়াইঙঙ মহি তোলা ১, ঘী তোলা ১, চিনি অঙাংবা তোলা ১, পোৎশিং অসি চাং মামহল্লগা তোংনদুনা নোংমদা তোলা অমমম চারবদি ফৈ।

য়াইঙঙ মহিগা খোইহীগা চাং মামহল্লগা নোংমদা তোলা ২/২ থরুবসু ফৈ।

হৈবোং মহৈগী মকুপ তোলা ১, খোইদিং অঙৌবা মকুপ তোলা ১, য়াইঙঙ মকুপ তোলা ১, পোৎশিং অসি তিন্নদুনা খোইহি খরগা নোংমদা তোলা ২/২ চারবসু ফৈ।

রিতু সৌপোম্বী

তেনহীদাক পরা ১ শঙ্কোম সের অমগা কংনা ভৌরগা চারবদি রিতু সৌপোম্বী ফৈ।

তেনহীদাক তুলা ১, শিংখা তুলা ১, কাংহ তুলা ১, গুন তুলা ১, রোংপাল তুলা ১, জাইফোর তুলা

১, চাইত্রি তুলা ১, উচিথি তুলা ১, এলাইচি তুলা ১, মৈতৈ যাইঙঙ তুলা ১, কালানিমুক তুলা ১ অসি কুপ্পা তরুগা তুলা মামহল্লগা খোইহিনা গুলি তাও। নোংমদা অহম চাও।

উরিকশিবী মনা, কাংগোন মনা, হৈত্রু মনা, গুন মরু ৭ রোংমপাল ৭, কালানিমুক, সুখা, মেত্রুক অসি তিল্লগা মকুপ ওইনা লিক্লিদা মনিল চংহন্দনা থমগনি। মরম পুম্মক্তা কামৈ খঙও। নোংমদা অহমলক পিজৌ।

রিভু থিংবা ফাওনবা

কবিরৈ অণৌবা মরানে তেনহিদাক অঙাংবনে অরাথবী মরা চিংখৈ ওনবনে অহম অসি তজুনা চয়োল ১ থকউ ফাওবনে।

রাজ যক্ষ্মা

লাইনা অসিগী ওইরকপদি – চাবা থকপদা নিয়ম কায়বা, থি, যুং খাংবা, চরা তোইনা হেনবা, নুঙ্গী নিপা ফমদিম্বা চাং হেনবা, থৌরমশিং অসি তৌরুবদগী অহানবদা ধাতুগী সাধারন ওইবা লাইনা মখল মখল তৌরমই। হায়রিবা লাইনা অসিনা কুইশল্লক্লগা “রাজ যক্ষ্মা” হায়বা লাইনা অসি তৌরকই।

মওং – হকচাং য়াং কংশিল্লকই, লোক খুরকই, ভৌ কংই, ওনিংই, হকচাং লেকথরকই, মৈ শোল্লকই, খোং খুং থবাক লেংজুম নাবকই। লাইহৌ তোইনা তোই, খোং চিফেং চিফেং হাম্মি, লোক খুবদা ঈ য়াওই, ম্বর শোকই, কোক লুমই, খনাও নাগনি।

হিদাক – নুঙ্গারৈ মরা, নোংমাংখা মনা, নিংথৌ খোংলী, উহল, কিসমিস, এলাইচি, উচিথি, রোংমপাল, জীরা, রক্তচন্দন, জাইফর, নাগেশ্বর মপাল, রা শুনু, ওকহিদাক, শিং, আগরচন্দন, শিতামিশ্রি, তেজপাতা, নিমমকু, পানমানা, কবোখজি, বৃন্দাশাক, হৈখাগোক মনা, অস্থগন্ধা, দারুচিনি, বালা, কাকডঙ্গী, কাংখিল (কুড়), অর্জুনা শাল, (পোংশিং অসি কবিরাজগী মনা মশিং য়োনবা দুকান্দগী ফংগনি)। হায়রিবা পোংশিং অসি চাং মামনা পুন্না শুগাইদুনা কুপহল্লগা, নোংমদা শিকিগী মরুম খোইহিগা লোইননা অহল্লক চারবদি ফৈ।

হিদাক – পান মনা মথোক তোলা ১, শিংখা অকংবা তোলা ১, উচিথি তোলা ১, হায়রিবা পোংশিং অসি শুগাইদুনা কুপহল্লগা রতি ৬ কী গুলি তারগা খোইহি (শিকি) অমগী মরুমগা চারবদি ফৈ। হিদাক অসি নুমিাদাং চাগদবনি।

নোংমাংখা মকু অকংবা তোলা ১, উচিথি তোলা ১, শিংখা অকংবা তোলা ১ পোংশিং অসি শুগাইদুনা কুপহল্লগা খোইহি খরা হাপ্পা, রতি ৬ কী গুলি তারগা, তুলসি মনা মহি তোলা মখাইগী মনুংদা গুলি অসি হাপ্পা চারবসু ফৈ।

শিংখা কাঙ্কেই শানা পানা শোইদুনা, রাওরি রাওবি কংহল্লবা পরা মখাই অমা, শলগী ঘী পরা মখাই অমদা ভৌদুনা গ্রেম-গ্রেম লাওরগা কুপ্লা তকখাইদুনা শিকি অমগী মরুম নুমিদাংদা অমুক অনিরক চারবদি লোক কংখু ফৈ।

পানমনা মথোক অকংবা তোলা ১, উচিথি তোলা ১, তুলসি মনা তোলা ১, হায়রিবা পোংশিং অসি মুন্না কুপহল্লবা চংনিং ৬ কী মরুমগা, হক্সাম থাও শিকি অমগী মরুমগা, খোইহি ড্রোপ ১০/১০ গা নোংমদা অহুমলক মরিরক চারবদি লোকখুবা ফৈ।

হিদাক – চুঙৌ মহি লৈনুংদা মনিল চংহন্দনা (হায়বদি লিক্টিগুম্বা ১ গী মনুংদা হাপ্পগা) থা ৬ ফাওবা ফুমলুরগা লৌথোকনি। ফুমলুরিবা চুঙৌ মহি অদু তোলা অমগা হয়িংখোইগী খোইহি তোলা ১ গা, ঈশিং অইংবা তোলা মখাই ১ গা যানশিন্নরগা, তোলা অনি মখাইনি। তোলা অনি মখাই অসিনা নোংমদা ৩ লক থক্কদবনি। হিদাক্তি নোংম নোংমগী যান্দুনা শেমগদবনি। হিদাক অসি লোক খুদুনা থবাক নাবা, ঈশিং চংপা যাদবা, লোক্তা ঈ-য়াওবা অসিনচিংবদা যান্না কান্নরবা হিদাক্টি।

কিসমিস তোলা ২, চিনি অঙাংবা অপৌবা তোলা অমা, নিংখৌখোংলি তোলা ২ পোংশিং অসি ঈশিং সের অমনা ফুৎপনা মহি পৌরা অমা লৌরগা শেংনা চুমথোজুনা থকলমদাই খুদিংদা মহি অসি তোলা অমদা খোইহি ড্রোপ ১০ যান্নবগা নোংমদা ২/৩ লক থক্কবদি লোকী লাইনা অকনবা পুম্মক কোকই।

হৈগ্ৰ অকংবা ১০ ঈশিং পৌরা মখাই অমদা নুমিদাং অমা তিংলগা মহি অদু তোলা মখাই অমগা খোইহি তোলা মখাইগা যান্নদুনা নোংমদা ২/৩ লক থক্কবদি লোক শিত্তোকপা যাদবদা লোক থোকই।

লাইচাক

লাইচাক্তি – সেন্সাংগী ঈগা চামেল অহিংবা তজুনা অনীমা যান্না তৈও ফৈয়ে।

কবো খজিনে, য়েলনখং, পানা মনা মথোক, লফোই মকু, মনাই কংনা ফৌও। লফু থরো মচুমগা কারংচাক মথোমগা তিন্দা থকও ফৈয়ে খঙও।

তোবোংখোংচাক মনা লাইকোই, খুহিং, ফুবিনচিংবা উনশাগী লাইনানা নাবদা নোইশিল্ল তকউ ফৈ।

খামেন অশিনবা মতেন তরেং ফংদ্রগা মনা তরেং হেক্সগা লাইকোই থুংফয়দা শঙ্খী অকংবনা হান্না খোংলগা মপান্দগী খোমজিন্দুনা নোইয়ু তকউ ফবনে। ফত্রিবা ফাওবা শিজিনৌ।

গাজ্জর্ন থাও (দুকান্দা ফংই) তোলা অমদা সোডা তোলা অমা গন্ধক (কণ্ডক) তোলা ২ হাপ্তুনা নৈখাইরগা তৈববদি নুমিং ৩/৪ নিদা লাইকোই থুংবা ফৈ।

মেত্রুকে গন্ধকনে, লুপা হিদাক্কী কবোকনে, ফিটকিরিনে অসি চাং চপ মান্না যান্নরগা ঈশিংদা হাপ্তুনা (তজুনা) তৈরবদি লাইকোই ফৈ।

তুলসী মনাগী মহিগা চম্প্রা মহিগা য়ানরগা তৈরবদি ফৈ। হায়রিবা হিদাকশিং অসিনা ফত্রবদি খুংহিংগী হিদাক তৈরবসু ফবা য়াই।

লাইরেনচাক মইে অদু থুম চুহি তোড়ুনা তৈবদা লাইকোই, অপাংপা, খুহিং, চেরেনচিংবদা ফৈ।

লাইকোই লাইচাক

লাইকোই লাইচাকী হিদাক্তি – চম্প্রা, শিংখা, মুকথ্রবী, খারী, হংকামথাও, মোরোক মশিংখা ৭ পুম্মক মহী লৌরগা তৈবীয়ু ফবনে।

থাওনম গারৌবী থাংজা নুমিঙা বার্তোন তৌরগা নুমিং যুংবদা মরা লৌরগা তড়ুনা তৈম্বু ফবনে।

লাইখুন

থাও অহিংবগা সমুদ্র ফেনা তিমদুনা হাপউ ফৈ।

লাইচাক

লাইচাক্তি – সেন্দাংগী ঈ-দা খামেন অহিংবা তড়ুনা ফুংলগা তৈম্বু।

লাইচুবা

লাইচুবা কোরুবা – মৈতৈ গামু মতুপ ৭ থোক্লা কল্পগা চন্দ্রমুখি অঙৌবা মনাগা থুম মোরোক মরোই থাকতুনা থোংদুনা পিজৌ লাইচুবা ফবনি। হাওননবা থাওনচিংবসু ভৌবা য়াই।

১ দি পাখংবা লৈতোল ৭ কী মতোল লাই মশাগা থোংলগা পিজৌ ফবনে।

লাইচুবা কোরুবা ১ দি – উয়াংগন মতোন ৭ কা গাক্রিজৌগা ইরোই অঙৌবগী ঘীগা, গুন মরুনা মোরোক ওইরগা থোংদুনা পিজৌ ফবনি।

১ দি – লাল্লুকোক মতোল ৭ কা চম্প্রা মহিগা থুম মোরোক থাড়ুনা পিজৌ।

লাইথি লাইরুম

লাইথি লাইরুম নাবগী – কলতুকনে, চামেলনে, শৈচাক মকু, হৈরি হৈজাও মসিননে থাংকা তোংতনা থোমও ফবনে।

লাইখি লাইরুমগাদি – কলতুকনে, শৈচাক মকুনে, হৈরি হৈজাও মশিলনে, থাওনে তোংতনা থোম-ও ফবনে।

লাইথোকপা

লাইথোকপা হৌবা নুমিত্তা – চুঙৌ মহী, শীংখা, গুনমরিচ, লোংপাল অহুম, লুপা হিদাক, কর্পুর, চাইফোর তিন্নরগা পীথকউ। নুমিং হুমনি শুবদা খোইহী, উচিশুম্বল তিন্নরগা পীথকউ। মরিনিশুবদা হক্কী ঈশিং, থুম, তিননে অসিনা তিংখৌ মতোন খরা পুন্দুনা শুমজিং শারগা লুপুনা লাই ঈরুবীয়ু। মঙানিশুবদা হক্কী ঈশিংনে, চনম মহী, শিংখা মহী, কাংছ মহী অসি তিন্নরগা তৈয়ু। লাইনা হনপ্রবদি খৌদোকউ, নুমিং তরুক তরেংনিদা হনগদবনি। মসিদা হনপ্রবদি – চরাইশাবী মহী, ফকফাই মহী, হঙ্গাম থাও, কাকয়েন খুজিল মহীগা পীথকউ ফবনে। নুমিং নিপান মাপম্নিদা ফগদবা হিদাক্তি – ওমুমান মরা, চেংপাক্কী যাম, লৈকাং, লফেই মহী, লাংগ্রে মহী অসি তিন্দুনা তৈয়ু ফৈ।

লাই মমিং – (১) মৈপোকপী লাই (২) কবোক লাই (চেঙপাক্কী যাম লৈকাংগা তিন্নরগা তৈবা ফৈ) (৩) মুকথ্রুবী লাইদা মুকথ্রুবী মরু তরেং যাও (৪) ছপচাক লাইদা ছপ মতোন তরেং যাও (৫) পাংখোক লাইদা পাংগং মহী যাও (৬) চুজাক লাইদা চুজাক্কী যাম যাও (৭) তনলাই (৮) লাইকুপ (৯) যুমখাইবা লাই। লাইথোক মাপম্নি লায়য়েং অসিনা য়েংবা য়াই।

লাইখৌবগী হিদাক্তি – লাইরেন মশীংখা, শিংখা, শাওম মশীংখা, খোইহী অসিনা গুলী শেমলগা পীজবা ফবনে।

লাইনা হনপ্রবদি – কেগে মানবীগা গুনমরিচকা তকখায়রগা খোঙবীগী খুজিন কারক্তা তিংখংনা ঈ খজিক্তং লৌথোক্লগা হিদাক অসি থাও ফবনে। য়েৰুমগা চেংহী চফুগী চেং অপুম্বগা খুয়া থম্বান্দা তৈয়ু। যুম মাংবা নংলবদি, লাইগী লাইহীদাক, চা অহিংবা তকতুনা পীথকউ।

হিদাক খুদিংমক্তা মচন পিবা তারবদি চুঙৌগী মছংতা খোইহীনা শিনবা য়াই। চহী অমগী লায়না অসি লাকত্রিঙৈদা ঙাকথোক্লবা পান্শৈ। ইঙা, ইঙেল, থরান ফাওবগী মনুংদা – লাইরেন মশীংখা, শিংখা, শাওম মশীংখা, খোইহী অসিনা তিন্নগা গুলি শেম্মগা চাবা ফৈ। নাপ্রবদি মথক্তা পিরিবা লায়য়েং অসিনা তৌগনি।

লাই থোকপা (ফুরি)

লাইনা অসিগী ওইরকপা মওং – মোরোক্চিংবগী অশাবা চিঞ্জাক, অশিনবা, খরি, থুম অমসুং শঙ্কোম অফম্বা শঙ্কোম অনৌবগা শা-ঙাগা পুন্না চামিন্নবা, হু চেনবা চিঞ্জাক অমসুং ঈশিং হায়রিবা পোংশিং অসি লমহেন্না চারুবদা, অদুগা শা-ঙাগী য়েনশাং চারুবা মতুংদা শঙ্কোম অফম্বা অনৌবা চারুবনচিংবদা লাইনা অসি ওইরকই। লাইনা অসি হৌরমদাইদা – লাইহৌ, লু তাং চিকপা, গ্জান মাঙবা, কুচু মাঙবা মিৎ গাংবনচিংবা

মওং অসি তৌরকই। লাইনা অসি মী মী অদুগী মশাদা লৈবা খাতুগী মতুংইনা মখল ১৩ শুই হায়না “আয়ুর্বেদ” শাস্ত্রদা হায় মদুদি –

- ১। নুংশিংকী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ২। মৈগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ৩। ঈগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ৪। লোক্কী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ৫। নুংশিং, মৈ, লোক্কী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ৬। শা-ঙা হু চেনবা ঈ নাই চাবগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ৭। হকচাংগী শাদোংগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ৮। হকচাংগী উনশাগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ৯। হকচাংগী মহাউগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ১০। হকচাংগী মতোংগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ১১। হকচাংগী বার্যা কোমগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ১২। হকচাংগী তুখোংগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।
- ১৩। হকচাংগী শরুগী দোষদগী ওইরকপা ফুরি।

লাইথোকপা মখল ১৩ গী লাইওং :-

- ১। নুংশিংকী :- ফুরি ইনৌ নৌই, মচু মুই, হকচাং য়ালা চিকই, উনশা লিংখংলি, থিমা মুল্লি।
- ২। মৈগী :- ফুরি ঙাংই, মচি ১ দা মুই, মচি ১ দনা নাপু মচু মাল্লি, হকচাং অপুন্না নাগনি, হকচাং মনুং ওলাংগনি, ঈশিং খৌরাঙ্গনি, লোক খুগনি, মশা নিক্কনি, জুয়ান ওল্লগনি।
- ৩। ঈগী :- মশা মোনগনি, চাক্কনি, চিনবান কংগনি, ঈশিং খৌরাংগনি, অমাংবা য়ৈখৎকনি। লাইহৌ কমা তৌগনি, মিৎ ঙাংগনি।
- ৪। লোক্কীনা :- ফুরি মচু ভৌগনি, লংগনি, নৌইগনি, কোক চিক্কনি, চিনবান ঙাংগনি, ফুরিদা চিক্ক চিক্কি তৌগনি।
- ৫। নুংশিং, মৈ, লো কপুনবগী :- ফুরি মচু ঙাংগনি, য়ালা চিক্কনি, চেংপাক্লুয়া ইপাক পাক্কনি, মনম নমথিগনি, কুংনা থোক্কনি, থিমা মুনগনি, লাইনা অরুবনি।
- ৬। হু চেনবা, ঈ নাই চাবগী :- ফুরি কুপকনি, থুনা মুনগনি, ঈ-শেংদ্রগা খরবাই, করিগুন্না থিনগাইরুবদি ঈ থোকই।

- ৭। শাদোংগী :- তপ্পা নাই, ফুরি থিমা মুল্লি, লাইহৌ তৌই, ঈশিং খৌরাংই, জ্যান মাঙই, চিকই।
- ৮। উনশাগী :- খৌনাউ ফুনগনি, জ্যান মাঙগনি। য়ায়া অরুবা লাইনানি।
- ৯। মহাউগী :- ঈশিংগী কোঙ্গোলগুন্না তৌগনি, অরাইবা লাইনানে।
- ১০। মতোংগী :- ফুরি কোইরপ কোইগনি, থোৎকনি, ইরং লংই, য়ায়া নাগনি, জ্যান মাঙগনি, অরুবা লাইনানি।
- ১১। বীৰ্য্য (কাম) গী :- য়েংবদা মুনবা মাল্লি, ইমুন মুনগন্দে কুপ্পা লংই, য়ায়া নাই, জ্যান মাজনি, লাইনা অসি হিংগন্দে।
- ১২। তুখোংগী :- মশা পুন্না ঙাংই, নুমিং ২/৩ নি লাইহৌ তৌগনি, চোংথোকত্রিঙৈদা হকচাং য়ায়া নাগনি, লাইহৌ লেপ্পা লাইপজ্ঞা অহানবদা চোংথোরকই, হকচাংদা কোল্লি, লোক খুই, পুক য়েকই, করিগুম্বদা মপান্দা ফুরি থোকত্রবদি লাইয়েংবা রাই।
- ১৩। শরুগী :- ফুরি পুন্মক হকচাংগী মচুগুম্শি, পিক্র পিক্র কুপ্পা ইরাং রাংখংলি, অথুপ অথুপ্পা মফমদা নাগনি, লাইনা অসি লাইয়েংবা রায়ে।

মথজ্ঞা হায়ম্বিবা লাইনা ১৩ অসিগী অহানবা নাবকপা মতমদা মখাগী হিদাকশিং অসি পিজগনি।

হিদাকশিং —

শুগ্রিক মকুপকা, গুনমরিচ মকুপকা, নোংমৈ শীংজং মচুগা পিথরুবদি অরুবা লাইনা ওন্দে।

পেরুক মহি, ঈশিং কোন্দোল মহি খৌইহিগা পিথকুনা ওথোকহল্লবসু ফৈ।

কারোন অখাবী মহি য়াইঙং মকুপকা পিজরবসু ফৈ।

নুজারৈ মনাগী মহি, চেংহিগা পিথরুবসু ফৈ।

নোংমৈ শীংজং মচুম খৌইহিগা পিথরুবসু ফৈ।

ফুরি ছন্দোরুগা মুন্ডবদি — নিংখৌখোংলী, যষ্টিমধু, কিসমিস, চুগী লেম্ফু, কফোই মকু হায়রিবা পোংশিং অসি ঈশিং পৌরা ৫ দা ফুৎপনা পৌরা ১ লৌরগা চিনি অঙাং পৌরা মখাই অমগসু য়াল্লগা পিথকপা মতমদা তোলা ১ পিথক্কনি, নোংমদা ৩/৩ লক পিথক্কদবনি।

খনাও ফুল্লবদি — মনাহি, হৈগ্র, রহেরা, উচান মচি, মথক্কী ঈশিংগী নিয়ম মতুংইনা ফুৎলগা নোংমদা তোলা ৩ পিথক্কদবনি। মপিথকতি অহ্মলক থোক্লা পিথক্কদবনি।

উচিথি, মনাহি মকুপকা খৌইহিগা তোংলগা পিথরুবসু ফৈ।

অনাবনা ফরুবদি চাক, অখাবা মনাম্মশিংগী য়েনশাং পিজগদবনি। চাওরাক্লা নোংমাংখা, নিম, কারোন অখাবনচিৎবা।

অনাবনা মপুং ফানা ফত্রিবমখৈদি, শা-ঙা চারোইদবনি, থাউ তৈরোইদবনি, নুংশিং লাংহল্লোইদবনি অমসুং যুমপানবগী ফমদিমবা তৌরোইদবনি। হায়ম্রিবা চিঞ্জাকশিং অসি ফংদ্রবদি চেং অরিবগী চবোল লৌরগা মদুদা শিতামিশ্রি খরা হাপ্পগা অমুক মুন্না লোহ্লোক্তুনা পিথক্কনি। অদুগা চাক পিজবা য়াবা মতম লাক্কবদি চেং অরিবগী চেং অদু ঈশিংনা হম্মা হম্মা অহুম মরিরক চবোন চিথোক্লগা চাক্কী মহু লৌথোক্তুনা পিজগনি। চেংপাক অরিবা ঈশিংনা ১০৮ লক হম্মা হম্মা চামথোক্লগা পিজরবসু ফৈ।

লাইথোক্লবদি – হৈরোংখা মরু তক্তুনা ফকফাই মহী অনীমা খুংতোল খুংনা তৈও। লাইথোক্লবদি তাইরেল মনা মৈদা ইকও, শলধীগী উং অনীমা তৈও। লাই থোক্লবদগী হনচীলখিরাবদি লমলেলদা ফকফাই মহী পুন্নেমালবী মহী, ওকহিদাক মহী অহুম্মা মৈদা লোন্দনা থকও। শিরোইদবদি থোক্কয়ে।

লাইথোকপা য়েংনবা হিদাক – হঙ্গামথাওগা, ধুমগা, খুরাচলি মরু ২, অখৌবা মচেং খরা হাপকনি। থরোই নিংখাবী মহিদা শিং মহি খরা য়াওনি, গুন মরু ১ হাম্মা। লাইজুম ফাইবা – লফুরা তক্তুনা পিথকউ ফবনে।

লাইথোকপা য়ৈজিল্লবা

লাইথোকপা য়ৈজিল্লবদি – তীল্লোক মহী, সিংখা, থুম তোংতুনা থকহল্লো। ১ দি ফকফাই থুম মোরোক তোংতুনা তৈও। হক মনাগা জাকোগা ফুংতুনা পিথকও লাইফুথোকয়ে।

লাইগী নুংশিং

লাইগী নুংশিংনা চিল্লবদি – থল্লা খেনচোং তরেংতা উতংপয়া তরেংনা পুনবা য়েরুম অমা। লাংথ্রৈ মতোন তরেং, হুপমতোন তরেং, তৌমতোন তরেং, কবোক মরু তরেং, হৈরুক অমা, পানা তাংগা অমা, দখিনা অমা খোইরু থাংমৈ অমা, চেং মেরুক চৈখেংপী অমা অসি য়াওনা লাই খুরুমও।

হিদাক্তি – লম খুচংগা লৈহাও মনাগা ফুংলগা ৫/৫ নি থক্কনি। মখাদা পিরিবশিং অসি লাই খুরুমগা থক্কনি তৈগনি। মদুদি – হুপ মতোন ৭, লাংথ্রৈ মতোন ৭, চন্দ্রমুখি মতোন ৭, লুরাংতৌ মতোন ৭, ওমু, ৭, খুজুম পেরে মতোন ৭, য়েলাইচি মরু ৭। লাইশোল হায়গে – “তুবী নংগী নথৌ তৌবনে, লাই নংগী নঙম তৌরবনে। হরিকক মাঙও তুম্মো গুরুশিদবগী য়াথংনে” ৭ লক শোলগনি খঙও। লাইওক্লবদা ফবনে। হায়রিবা পোংলম পুন্নমকসি থাংজা নুমিংতা চফু অহনবা অমদা মুন্না ফুংলগা লারোন তরেংনা চফু মমাইদু খুমগনি অদুগা মথক্কী লাইশোন অসি শোন্দুনা থকউ। লাইওক্লবা ফবনে। তৈগদবা হীদাক অমা হায়গে – থাংচিং মথোকনে, থল্লা মথোকনে মৈ থাদুনা উং লৌরগা ঈশিংদা খরা খরা হাপ্পগা পিথকউ। মশাদসু খরা তৈবীমু লাই চেনগনি খঙও।

লাই নুংশিং তুম্বা

লংমাংখা, য়েন্নখং, ভোগতি, লোয়ুমলৈ, রঙ্গী তিকতা (লক্ষী তিকতা), খোংক্রম অথাবা, মাইরেন অথাবা নত্রগা শেবোং অথাবা মরম ৭ অসি লৈহাও অমা হাঙ্গগা ফুতুনা পিথকউ ফবনি খঙউ।

লাইথুপ চিরাই

লাইথুপ চিরাইগী হিদাক্তি – চনম, কেত্রু, ওকহীদাক তক্তুনা তৈয়ু।

লাইপোম

লাইপোমদি – তন্দল মনাগী মহী, মনাই, নোংমৈ হিদাক তোক্তুনা তৈও। লাইশোলদি – পোং লাংলেন তুখবা কুরুক অমসো হায়না শোলও। ঙ্ম্বনে। লাইপোম চিরাইদা – কেত্রু, চনম, ওকহীদাক অহ্ম তক্তুনা তৈও। লাইশোলদি – পুং পুং চেং কুপ ফেং। ঙাঙত্রংবা ফিরাং থাং হায়না শোলও ফৈয়ে।

য়োংলাই থাংলাই, লমকাপ, অকাপ্লা, যাইরোঙ, লাইপোম চিনাই (চিরাই) মঙামক হুন্মবদি – লাইরেল, শন্দং, নুংওক, শাফু, লাংহৈ, খুপাই তরুকাপ মশিংখাবু তিন্নদুনা তৈও ফৈয়ে। মঙামক অসিবু অমরক হুঞ্জিনলকনে হায়রবদি চনম, থুম অচুয়া, হনুবা খুংলাম মহী, হেহ্বাক, শুনু হীদাক তুকতা, উশিংশা কবো মুরোকশি অসি খৈপীকপু তক্তুনা শলয়ুংনা মহী ওইও ফৈয়ে।

লাইপোম (মচীন নাইদনা পোহা)

লাইপোম মচীন নাইদনা পোহুগী হিদাক্তি – তন্দন মনাগী মহি, কুয়া মহি, মনাই, নোংমৈ কাস্তক য়ান্নরগা তৈয়ু।

লাইমল

লাইমল হৌরবদি – কেত্রু, থুম মখোই, মোরোক, মি অহান্না মৈদা ইকও য়ানশিন্নরগা থকও। ঙমদরবদি নোংমৈ শীংজং, মি মরু, ওক হীদাক মপাল অমুবা থাংজা নুমিং লৌ-ও। কনক্রক, চাইপোর, বোং, মুথ্রবী অসি খৈবিক তক্তুনা চেং কবোক্ষী য়াম তোংও নশ্মেয়া মহী ওইও। খুংনাওবী মবম চাওনা শেমদুনা চাও ফৈয়ে।

লাইমলদি – থুম মাকোই, কেত্রু, মোরোক মি অহান্না ইকও, য়ালদুনা থকও ফয়ে। ১ দি নোংমৈ সিঙচঙ, মী মরু, ওক হিদাক, কনতুক, মুথ্রবী, চেং কপোক্ষী য়ামগা তাদুনা চাও ফয়ে।

লাইমল চনবগী হিদাক্তি – শামু নম্বেল, ফকপাই মহী, পুঁলৈমালবী মহীনে ওকহীদাক মহীনে ও অসি ফুতুনা থকপা ফবনে।

লাইমলদি – থুমকোই, কেফ্রু, ফকফাই, মি অহামবা, সুদুনা থকহলও। ১ দি নোঙমৈ সিঙজঙ, মীক, ওকহীদাক, কলতুক, লোং, মুখ্ৰবী, চেংকবোক অসি খৈবিক তিলদনা থকও ফৈয়ে।

লাইরেল ওক্লবা

লাইরেল ওক্লরবদি – লৈতালনা লাই তম্মা শাও, য়েরুম ৫ কোনমাই, হৈ মরম ৭, চেং মাইঙঙতৈবা, হামুক তৈবা পানা ক্বা, সিং কোংখাং, হৈমাং, তৌরেল মতোল ৭, চাক হস্লাম মরু, শগোল হরাই, য়োংকুপ, থাঙ অমা, লাফুং অমা আতীল অপাল্লোন শোলনা থাও। লাই অদুবু লাফুং মথক্তা থম্মা পোংলোইও। মথেক ৯ থোক্লা সিঙপোং ৯, মাইকৈ ৯ মায়াই কা ৯ মাদা সারুক সীনলমও অদুগা সুমনা পোংলোইও।

লাইরেল শাজিক

হোংঙু কল্লামানবী, নুংশিল অশংবা, পানা মানা শুদুনা থোমউ। ফত্ৰবদি হৈমাং অকুল্লা, নুংশিল অশংবা, ঙাচিং অকংবা তবেংনে, শগোল হরাই মরু তরেং, পানা মনা কুপ্পা শুদুনা থোমউ কেনদুনা ফগনি। নত্রগা কুমফুগী মনীংদা পকপা মপং অদু তৈবগা শম য়েংশল্লগা তেংনৌ মখাম তৈমু পুমদুনা কোল্লি।

লাইরেন শাজিক

হিদাক্তি – সোদা বাইগপ শুনুগা তিরদুনা তৈমু। পানা মনা ও, লোংমপান ও, কঁপূর তুলা ১, চেং মক ৭ তকখাইবগা চাবা অপোম অতং ফৈ। সোনা মুখি, কিসমিস, চিনি অঙৌবা পুন্না কালৈদা তোংলগা চাও।

লিন চৈশু, য়েরুম মমুং, খোইহিগা থোম্মু সাবোন, শুনু, থাও পুন্না নৈদুনা মেত্ৰুক, য়াইঙং থাওদা লোল্লগা লৈপাক লৈতান থুমগা তোংলগা থোম্মু। উহন মরা তোনিংখোক মরা তরুগা তৈবা ফৈ। য়াইমু, লৈহৌরা অমুবা মরু, ঘীগা থোম্মা ফৈ। হৈফ্রু মহি, খোইহি, সাপোন, হিদাক মনা, উরোক শুম্বল, য়েনপংমনা থোম্মা ফৈ। উম্মুং মরা, উশিংসা, য়াইফর লোংমপাল, এলাইজি, উ মোরোক, শিংখা, উচিথি তকখাইবগা চন্দোন মরম ৭ ফুৎপগী মহিগা থকমি়ৌ।

কারোংহৈ ফুৎলগা ইরৌই অঙৌবগী শঙ্কোমগা লারোন ৭ লোন্ডুনা ফুৎকনি। মনিম্দু খরি মপাক্তা য়ৈহল্লগা চাবা ফৈ। সোনা মুখি মনা, কালানিমুক, সিতামিশ্রি চিনি অঙৌবা তোংলগা চাক্সা চাগনি। লম মোরোক মনা ফুৎলগা থাও হাম্মা তৈরগা থোমনি। (হিদাকশিং অসি খ্বাং নাবদসু শিজিন্নবা য়াই)।

লাইরেন শজীক

লাইরেন শজীকি — হোংঙু কল্লা মানবীবু কুপা তক্তুনা খেলচীগা য়ামনা তক্তুনা শজীক মথোঙদা কোয়না য়াভুনা তৈও। পুনবগা শংথোকও অদুগা হাওচক নমখীবী, কা অপুমবা কাব খাচা তক্তুনা থোমও। য়াংথোকপা ওইরবগা য়াইঙঙ, তেখাও য়াইখু, মুকথ্রবী, ফকফাই মরীমা তক্তুনা চোংখান মহী, নমলেন অনীমনা মহী ওইদনা তৈও ফবনে।

লাইরেল শজীকী হিদাকি — কল্লা হোংলুমালবী খেলজিগা তক্তুনা শজীক য়াংখাইদুনা তৈও। পুমলগা সংথোকও। হাওচক, কবো খাজি, হামেঙ সমপকপি ও মা তক্তুনা থকও। পাকথোক্লবদি তেখাও য়াইখু, য়াইঙঙ মুকথ্রবী, ফকফাই, চোংখাল মহী নমমেল অসি খৈবিক তক্তুনা তৈও।

লাইথি তৈবা পিরেনহৈ মনা ৭ না কুপ্তুনা খুবাক্সা থাও। হোংঙু কল্লা মানবী নুংশিন অশংবা, পানা মানা সুদুনা থোমও। হৈমাং অকুপ্পনে নুংশিন অশংবনে, গাচিং অকংবনে শগোল হরাই মরু ৭ তং পানা মনানে সুদুনা থোমও কেনবনে। খুনুচেংবী মহীনে, লাইকি মরুগী মরানে, অংকোং মথোমনে চপ মামনা তিম্দ্দুনা মতোল খিতং হুতুনা তৈও য়ুথক অমদা ফৈয়ে। য়াই অমুবা তক্তুনা নুমিং ৫ নি তৈও। গুন মরীচ মকুপ অদু থাওনা শোক তৌদুনা তৈও। ফত্রবদি শাবল মরিলখা, সাওম মসিংখা, তিম্দ্দুনা তৈও। লাইরেল চাকনে, কুম শুনুনে, খারীনে অসি লংসুং তাদুনা তিন্নরগা কিশিল্লু নুমিং ৩ নিদা ফবনে। গাচিং অতেকপা খুয়া অমদা চমালু ২০ দং তক্তুনা থাওনা শোক তৌদুনা তৈও। অনাবদা পানা মনা কুপও ফত্তবমখৈ চংথোকখিবনে থুনা ফবনে।

পেরক নুংচেংবী মহীদা থুম হাপও মচীল খজিজা হলফাওনা খাজিল্লো ফৈয়ে।

লাইরেল শজীক, শজীক য়েমৌ

লাইরেল শজীকী, শজিক য়েমৌগা অনীমকী হিদাকি — খরীগা, য়াইঙংগা, শুনুগা, হোংঙুগা তিন্নদনা মতোল লেনথক্তুনা তৈও ফবনে।

লাইরেল শজীকী হায়গে — চামেলনা চম্প্রা মহীদা তকও অদুগা য়াংতনা তৈও।

চাংথ্রাউ অঙাংবগী মকু ফুলগা মহীদুনা ঈরুজবা য়াল্লা ফৈ।

চাংথ্রাও অঙাংবগী মহৈ শুগায়রগা খোইহীগা তোংলগা নোংমদা অমোক অনিরক চাবা ফৈ।

নাউসেকলৈ মনা গুমু অতেকপগা থোংদুনা য়েনশাং ওইনা নুংতিগী পিজবা ফৈ। অমেংপদা মনাদু কোভুনা চাবসু ফৈ।

চাংথ্রাউ মকু, খোংনাংবট মকু, হামেং শম্পকপী মরানচিংবা চাং মামনা লৌরগা ঈশিং চাইশেল মরুমদা নংনা ফুলগা চুমথোক্তুনা চফু অমদা হাপগা থমউ। নোংমগী ঈশিং খরগা য়ামরগা থকউ।

হেবী মরু তিনখাগা তক্তুনা তৈবসু পোম্বা হনজিল্লি।

কেরোশিন অঙাংবা মহি খরদা কেত্তু মরেক খরা হাপুনা যান্না মুম্বা নৈদুনা তোংলগা ফি অঙৌবা ১ দা তৈশিন্দুনা নপ্পবদি নুমিং হমনি মরিনিদা পোকথায়।

হৈজাং মকু থেঙ্গগা মহি কামশিল্লু। লাইরেন শজিক ঈশিংদা হৌবা অদুগা খরিগা তিন্নরগা তৈবা ফৈ। লাইথি লাইকুমসু ফৈ।

লাইরেল শজিক্তি — হোংঙু কল্লা মালবী কুপনা তক্তুনা শজিক মথোঙ য়াংতনা তৈও, পুমলবগা সৎথোকও। হাওচক, হামেঙ সমপকপী, কবো খজি, কা অপুন্না ৪ গা তক্তুনা থোমও। পাংথোকলবদা তেখাওয়াইখু, য়াইঙং, মুত্ৰবী, ফকফাই ৪ মাৰু চোংখান মহী জমেল ২ মনা মহী ওইনা তৈও ফয়ে।

লাইরেল হিংকুমপা

লাইরেল হিংকুমপাগীদি — তৌপোম, হৈরুপোপ হৈঙাল, সিংখা, থুম অচুম্বা, চোংখান মহী, থরোই পিচুপ, কেত্তু, কাংছ্ অসি খৈবিকপু লোলদুনা কোঙকায় লৌও। খুচুম পেবেগী উতীনা নস্ছোকও, হিদাক তৈও ফয়ে।

লাইরেন হিংকুমপাগী হিদাক্তি — তৌপোম, হৈমাং মপান মৈদা ইকও হৈরীপোপ অঙালবা, হৈমাং, সিংখা, থুম অচুম্বা, চোংখান মহী, কেত্তু কাংছ্ অসি খৈবিক চফু অমা থল্লা লোনও, কোঙখাইতানা লৌও। খুচুম পেবেগী উংতীনা হকচাং পূম্বা তৈথোকও ফৈএ।

লারোল হিংকুমবগী হিদাক্তি — হৈবপোপ, হৈকল, হৈমাং, সিংখা, থুম অচুম্বা, চোংখা মহী, থরোইপিচুপ মহী, কাংছ্ অসি খৈবিক তিলদুনা লোল্লগা কোঙকাইদা লৌও (খরদা লৌও)। খুচুম পেরে উতীনা নস্ছোকও অদুগা হিদাক তৈও।

লৈরোস্বা

লৈরোস্বদি — নোংলৈসং তিঙদনা থকহলও। হুই মথু, হামেঙ মথু চাহলও। চাউদা উরৈরোম মশানা য়েও। লাইসোলদি — পুরৈরোস্বও নংনা নরোন থোকপাকুল্লা থোকহলও। লৈখাগী মরীসুও থৎথোকপিও।

লাই সঙকলবা কুম

লাই সঙকলবা কুমদি — চেকাই তিনগা ওকহিদাক্সা লেংদুনা থোঙজিন্দা য়াল্লো।

লাইহৌ মখল নিপালগী লাইনা

অনাবা খুদিংগী নাবা হৌগংলকপা মতমবু 'লাইহৌ' কৌই। লাইহৌ হায়বা অসি মীওইবগী মৈ, ঈশিং, নুংশিং, লৈপাক, অতিয়া মখল মঙাসিগী অশোয়বা লাক্লবদা, অদুগা পুক্রিং য়ালা হেন্না নুংঙাইরকবদা অনাবা ওইরকই। হায়রিবা লাইনা অসি মখল নিপাল শুই। মদুদি —

- ১) নুংশিংকী দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।
- ২) মৈগী দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।
- ৩) লোকী দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।
- ৪) নুংশিং অমসুং মৈগী দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।
- ৫) মৈ অমসুং লোকী দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।
- ৬) নুংশিং, মৈ অমসুং লোকী দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।
- ৭) নুংশিং অমসুং লোকী দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।
- ৮) শাপুচিংবদগী ওইরকপা দোষতগী ওইরকপা লাইহৌ।

১। নুংশিংকী লাইহৌ — লাইনাসিগী মওংদি, চিন, যা কংই, হাকাম চল্লি, তুন্না যাদে, নিংথমই, ওনিংই, মহাও খংদে, থবাক নাই, কোক, খোং, খুং অমসুং তাং চিকই, পুক নাই, অমাংবা লিকই, হকচাং অপুন্না নাই।

২। মৈগী লাইহৌ — লাইনা অসিগী মিছন্দি য়ালা যাংনা হল্পি। মওংনা — মিৎশাবা, হুমাংকাবা, চানিংদবা, ঈশিং খৌরাংবা, ওনিংবা, তুল্লিংবা, চিন খাবা, শিনবা, চোইরোন লোনবা, পংথবা, চিন খনাউ কংবা, অমাংবা অমসুং ঈশিংগী মচুনা য়াইঙংগী মচু মাল্লগনি।

৩। লোক লাইহৌ — লাইনা অসিগী মিছন্দি শোলা হুনগনি। মওংনা চানিংদবা, হকচাং লুমথবা, নিংথম্বা, চাবা তুমদবা, যুং, মিৎ অঙৌবা, য়ালা তুল্লিংবা, নাতোন্দা নপ অরাংবা তাবা, চিন থুন্না, লোকখুবা।

৪। নুংশিং অমসুং মৈগী — লাইনা অসিগী মওংদি ঈশিং খৌরাংই, নিংথম্বা, ওলাংই, কোক চিকই, খৌরী চিনবান কংই, মতম অয়াস্বদা তুল্লিংলৌই, জ্ঞান মতেক মতেক মাঙই, তু চুংগনি, তাং নাগনি, মিৎ মমগনি।

৫। মৈ অমসুং লোকী — লাইনা অসিগী মওংদি হকচাং হুমাংনা চোৎকনি তাং নাগনি, কোক চিক্কনি, য়ালা তুল্লিংগনি, হকচাং লুমগনি, লোক খুগনি, পাখংকনি।

৬। নুংশিং মৈ অমসুং লোকী — লাইনা অসিগী মওংদি করিগুস্বদা ইংব, শাবা, শরু তাং, কোক চিকপা, মিৎ পি তাবা, ইনম নমথবা চোইরোন লোনবা, লৈ শাবা, মূবা কংবা হকচাং চোকথবা, কোক ঙাওবা, ঈশিং কৌবা, তুন্না যাদবা, থবাক নাবা, থি যুং য়েংখংপা। লাইনা অসি মখল চাওরাক্লা মখাদা ইজরি। মদুদি ক) অই-শ খ) অশাবা গ) ঈ-ওবা ঘ) লৈয়েং ফাইবা ঙ) পুক্রং লাইহৌ।

- ক) অইংবা :— হকচাং পুন্মক ইংই, লোক খুই, ওই, মশা নিকই। মরক মরক্তা থগোকই, চৌইরোল লোল্লি, নুংদা চাকই, স্বর কায়গনি।
- খ) অশাবা :— হকচাং শাগংপা, নমথবা, খৌরাংবা, লোকখুবা, হকচাং অপুন্ম নাবা, ঙকশম মরী নাবা, লৈ মুবা, নাকোং পঙবা, নাতোন ইংবা, য়ান্না মাংবা অমসুং ওলাংবা।
- গ) ঈ-ওবা :— ঈ ওই, হকচাংদা ঈগুন্না ঙাংবা অমসুং মুনা মুনা কোইনা লাংবা, মিৎ ঙাংবা, ঈশিং খৌরাংবা, চানিংদবা ওনিংবা, পাখংপা, হকচাং মনুং চাকপা, খোং হান্না, ইনম নম্বা, হকচাং অপুন্ম নাবা।
- ঘ) লৈয়েং ফাইবা :— লৈয়েংদা তিংখংনা থিনবগুন্না নাবা, রা ঙাংবদা মরোল খংদবা, রা ঙাংবদা তাদবা, পাদ্ল লৈতবা, লোক খুবা, হকচাং শাবা।
- ঙ) পুন্ম লাইহৌ :— নুংশিংনা পুক কংখংপা, লেঙবা হাইবা যাদবা, স্বর ফুইনা হোনবা, জ্ঞান তাদবা। লাইনা অসিদি হিদাক লৈতে।

৭। নুংশিং অমসুং লোক্কী—লাইওংদি, চিন খাগনি, তিনবোং থোক্কনি, পংথগনি, লোক খুগনি, চানিংলৌই, ঈশিং খৌরাংগনি, নিংখম চনগনি।

৮। শাপ্প চিংবদগী ওইবকপা লাইনা পুন্মগী—বুদ্ধি শৌইরোল্লৈ, ঙাইহাক ঙাইহাক জ্ঞান তাই, অয়ান্না মতমদা অপু-নবনা পুই, চৌইরোল লোল্লি, কুমলাইনাগুম্মী, লাইনা য়ান্না পুন্মি। লাইনা অসিনা ওইরকপদি—মরাল লৈতবা জীবদা অরাবা শীকুবদগী অমসুং শিবা য়াবা, অকি অখং, থেংবা তাবনচিংবা তৌকুবদগী ওইরকই।

লাইহৌ

১। নুংশিংক লাইহৌদা—

চেংহি তোলা অমা, সিতামিশ্রি তোলা অমা, হৈক্রু মহি তোলা অমা, মনাই তোলা অমা, উনিংখৌ মরু তোলা অমা, নুন্সারৈ মহি তোলা অমা, এলাইচি মরু তকখাইবা তোলা মখায় পুন্মক অসি তিনশিন্নরগা পিথক্লবসু ফৈ।

এলাইচি মরু তোলা অমা, ক্কা মানবী মরুগী মকুপ তোলা অমা, সিতামিশ্রি তোলা অমা পুন্মকসি নৈখাইদুনা থক্লবসু ফৈ।

শিং, নিংখৌখোংলি, ফদিগোম, উচাল মনা, উচিখি, লমখাংগ পুন্মকসি মুন্না ফুংলগা নোংমদা অহল্লক পিথক্লবসু ফৈ।

উচিখি, চনম, শিং, নিংখৌখোংলি, লমখাংগ, সান্তোর, শেম্বাংকাওথুম, চিরাইতা হায়রিবা পুন্মকসি মুন্না ফুন্ডুনা নোংমদা অহম অহল্লক পিথক্লবসু ফৈ।

২। মৈগী লাইহৌদা –

লিলহাব মনা মহি তোলা অমা, নিংখৌখোংলী মহি তোলা অমা, ভুৰটি মনা মহি তোলা অমা, ৰক্ত চন্দন মহি তোলা অমা পুম্মক অসি ফুংলগা থক্লবদি ফৈ।

নিংখৌখোংলি মহি তোলা অমা, শেবোং মচা মহি তোলা অমা, চবোং মবা মহি তোলা অমা, থম্বাল মনা মহি তোলা অমা পুম্মকসি ফুংলগা পিথক্লবদি ফৈ।

সাস্তোব থুম তোলা অমা, শিংখা মহি তোলা অমা, গুনমবিচ তোলা অমা, তুলসি মনা মহি তোলা অমা, খোইহি তোলা মখায অমা পুম্মকসি নৈখাইবগা পিথক্লবদি ফৈ।

নোংমাংখা, শাবল মবিলখা ফুংলগা নোংমদা খৱ-খবা পিথক্লবসু ফৈ।

৩। লোক লাইহৌদা –

পানা মনা মহি তোলা অমা, শিংখা মহি তোলা অমা, উচিখি মকুপ তোলা অমা, পুম্মকসি তিনশিল্লবগা অমুস্তা তোলা অমমম পিথক্লদবনি, হিদাক অসি শুদুনা লৌগদবনি।

কিসমিস তোলা অমা, নিংখৌখোংলী তোলা অমা, ঘটি মধু তোলা অমা, নোংমাংখা মনা অনৌবা তোলা অমা, উচিখি তোলা অমা, হিদাকশিং অসি ঈশিং পৌৱা মঙাদা ফুংলগা পৌৱা অমা মখায়তা লৌগনি। থকপা মতমদা হিদাক তোলা অমদা ঈশিং তোলা মখাই অমমম অমসুং খোইহি দ্রোপ মঙা মঙাগা য়ান্দুনা থক্লনি। নোংমদা অহুম মবিরক পিথক্লনি।

নোংমাংখা, লমখাংগ, নিংখৌখোংলী হিদাকশিং অসি ফুংলগা নোংমদা অহুম অহুম্মক খোইহীগা য়ান্নবগা থক্লবদি ফৈ।

উশিংশা তোলা অমা, এলাইচি তোলা অনি, উচিখি তোলা ৪, ৰাশুনু তোলা ৮, সিভামিশি তোলা তবামবি। পুম্মক অসি তিল্লগা চংনিং ৬ কী মকমগা ঘী নত্ৰগা খোইহীগা তোংতুনা চাববদি, লোকী লাইহৌ মাঙহনবা গুম্মী। অঙাংগীদনা চংনিং অমগী অকম্বগা খোইহীদা হাপ্গা লেকহল্লবদি অঙাংগী মশা শাগংপা, লোক লাইহৌ মাংহনবা গুম্মই। থা তক্লকী অঙাংদগী চহি অমগী অঙাংদা পিজগদবা হিদাক্লি।

৪। নুংশিং অমসুং মৈগী লাইহৌদা –

শাবন মবিলখা, হৈফ্ৰ, নিংখৌখোংলি, কিসমিস, মুন্না ফুংপগী মহিগা শিং মহিগা চিনি অঙাংবা নৈখাইনদুনা নোংমদা তোলা অহুম অহুম থক্লবদি ফৈ।

নিংখৌখোংলি, নিম মকু, ফদিগোম, থল্লা মখোক, বক্তচন্দন পোংলমশিং অসি ঈশিং তোলা ৩২ দা ফুংপনা মহি তোলা ৮ লৌগদবনি। মহি অদু থক্লমদাই খুদিংগী তোলা অহুমদা খোইহী দ্রোপ ১০ হাপ্গুনা নোংমদা অহুম্মক থক্লবসু ফৈ।

৫। মৈ অমসুং লোকী লাইহৌ –

নিংখৌখোংলি, ফদিগোম, নিম মকু, রক্তচন্দন অসি মুন্না ফুংলগা খোইহী খর-খরা য়ান্নরগা থকপা ফৈ। উচিথি তোলা অমা, যষ্টি মধু তোলা অমা, পানা মনা মহি তোলা অমা, তুলসি মনা মহি তোলা অমা হিদাকশিং অসি তিন্নরগা খোইহী খর খর হাপুনা নোংমদা তোলা অহম অহম পিথক্কবসু ফৈ।

৬। নুংশিং অমসুং মৈ লোকী –

শাবন মরিনখা, শেন্সাং কাউথুম, নিংখৌখোংলি মুন্না ফুংপগী মহিগা, শিং মহি খোইহী খর খরগা তিন্নদুনা নোংমদা তোলা অহম অহম পিথক্কনি।

ক) অইংবদা :— শিং, উচিথি, গুনমরিচ, অস্কোং মরা, জিরা, লম খাংগা, বামোনহাটি, পুস্কর (কবিরাজ মনামশিং য়োনবা দুকান্দগী ফংই) হায়রিবা পোৎশং অসি বন ময়ুং পৌরা অনিদা ফুংপনা পৌরা মখাই অমা লৌরগা খোইহী দ্রোপ তরা তরা হাপুনা নোংমদা তোলা অহম অহম থক্কগা ফৈ।

খ) অশাবদা :— লমখাংগা, নিংখৌখোংলি, পুস্কর হিদাকশিং অসি মুন্না ফুংলগা শিং মহি, মনাহি মকুপ য়ান্নরগা থক্কমদাই খুদিং খোইহী দ্রোপ তরা তরা হাপুনা নোংমদা তোলা অহম অহম থক্কগা ফৈ।

গ) ঈ-ওবদা :— রক্তচন্দন, থম্বাল মকোক, মালিকা মনা, শেন্সাং কাউথুম, জিরা, জার চন্দন, নিমমকু, যষ্টি মধু, বালা, ক্ষেত পাপরা পুন্মকসি মুন্না ফুংলগা থক্কমদাইদা খোইহী দ্রোপ তরা তরা হাপুনা নোংমদা তোলা অহম পিথক্কগা ফৈ।

ঘ) লৈয়েং ফাইবদা :— শাবন মবিনখা, ওকহিদাক, কপূর মনা, উচিথি, ইন্দ্রযব পুন্মকসি মুন্না ফুংলগা চম্প্রা মহি তোলা অমগা তিন্নরগা থকপা খুদিংদা খোইহী দ্রোপ তরা তরা হাপুনা নোংমদা তোলা অহম অহম পিথক্কগা ফৈ।

ঙ) পুস্কং লাইহৌ :— লাই নীংলগা অরাবা কোকই।

৭। নুংশিং অমসুং লোকী লাইহৌদা –

উশোং মহি তোলা ১ হায়বিবা হিদাকশিং অসি হিংনা শুগাইদুনা মহি লৌগনি। মহি খোক্তবগীদি ঈশিং হাপুগা মহি লৌগনি। থক্কমদাই খুদিংদা খোইহী খর খর হাপুনা নোংমদা তোলা ৩/৩ পিথক্কনি।

উচিথি তোলা ৪ ঈশিং সের ১ দা মুন্না ফুংপনা মহি পৌরা অমা লৌগনি। থক্কমদাই খুদিংদা খোইহী খর খর য়ান্নুনা নোংমদা তোলা ৩/৩ পিথক্কনি।

৮। শাপুটিংবদগী ওইরকপা লাইনা ময়ান্না পুনবদা –

অম্বা লক্সী চংতুনা তাইবংপানগী সেবা তৌদুনা রাখল নুঙাইনা লৈরবদি হায়রিবা লাইনা অসি কোকপা গুম্বী।

লাইয়ে

পুলৈগী লেনফু তক্তুনা পিথকউ মশাদসু তৈয়ু। নত্রগা লাংথ্রৈ মহিদা থুম হাপ্পগা তৈয়ু ফবনে।

লাইয়ে চিংবদি – তীল্লোক মহী, সিংখা মহী, থুম তোড়ুনা থকহল্লো। ১ দি – ফকফাই, লাংথ্রৈ মহী, মোরোক তোড়ুনা তৈও। হপনা চাকেম সুদুনা পিথকও ফুদোকয়ে।

লাইনা য়েরতী – খারায় মনা ৪ পানবা শাও, হৈকন, লাকন চাক য়াইঙঙ তৈবা লমশা উত্তী থোংও খারায়দা হাপও। ফিরাল ১ থেংও লৈতালনা মী অমা শাও ফি শেংহল্লো, অনাবনা খুকুমহল্লো। লম্পোঙদা থমলমল-ও। লাইহিদাক, ওকহিদাক, উশিংশা, কাংছ অসি থৈবিক তক্তুনা লম্পোম্মা মহী ওইনা তৈও। অঙাওবা, লৈরোম্মা, থাগী লৈ লৈবা চঙহনগনু চেংও।

লাইয়েনা নারবদি – লাই পেরুক মনা ৭, পেরুক মনা ৭, গুনমোরোকসি ৩, য়াইঙঙ অখাবা মহী, শুনু খর ৫ মা অসি তিল্লো পিথকও ফবনে।

লাইয়োকপা

লাইয়োকপনা হন্দরবদি – তীনগা লাইগা সে। য়ুংনে, থুমনে, ময়াং হিদাকমনানে, সিংনে, অসি মৈদা লোল্লাগা পুমতৈ তৈও ফবনে খঙও।

লাইহৌ

তুলসী মনা শুবগী মহী গিলাস তংখাই অমা, খোইহী চামচ অমা গোলমরিচ মক ৩/৪, শিং মহী চামচ অমা শেম্পগা নোংমদা অহুমক পীথকপা কামৈ।

তুলসী মনা ২০, কালি মরিচ, শিং, দালচিনি ঈশিং পরা অমদা য়ায়া মুন্না ফুংলগা শিতামিগ্রি খরা য়াল্লাগা লুপু লুপু শানা পীথকপা কামৈ।

শিজ্জারৈ মনাগী মহী খোইহীগা শীজিমবা য়ায়া ফৈ।

লোক লাইহৌ

তুলসীনা ফহনবশিং :-

তুলসী মনাগী মহী চামচ ৩ (ড্রাম অহুম) খোইহী চামচ অমা গোলমরিচ মক ৩ তকখাইরগা পুং ৪/৪ কামনা ৩ লক থকপদা লোক লাইহৌ, টায়ফোইড, অরুমনচিংবা লাইনা ফহল্লি।

তুলসী মরুদি থাও ওইনা শুম্বা য়াই। মদু ধাতুগী লাইনা হায়বদি গনরিয়া চন্দ্রা ধাতুনচিংবদা য়ান্না কামৈ। মকুপ ওইনা তকখাইরগা বীৰ্য্য ফহল্লি।

সপ্নদোষ কাছা চংপদি তুলসী মরুগা পানা মনাগা শাইদুনা চারগা থুনা ফবা ওমই। ধাতুকীন (ফস্বী রাংপা) মীগীদি তুলসী মরু ফুকলগা শাইদুনা চারগা শঙ্কোম অনৌবা থকুবদি ফস্বী ময়েংতাৰা ফৈ। অমসুং হকচাংগী পাজল হাপকলি।

থাংতেম্মা শোকপদা তুলসী মনা শুরগা থোম্বা ঈ খকই।

লোক শিংপদা ঈ য়াওরবদি তুলসী মনা শুবগী মহি চামচ অমগা খোইহি চামচ অমগা য়ান্নদুনা থকপদা ঈ য়াওবা ফৈ।

তুলসী মনা অকংবগী সৰ্বোট। শঙ্কোম চিনি লোজ্জগা তুলসী মনা অকংবনা চা থকপগুন্না থকুনা অয়ুকী চিনয়া শেংবা লোইরগা থকুবদি হারা কংখুনচিংবা লাইনা পুন্মক ফহল্লি।

অঙাংগী অনাবশিং ফহনবা হিদাক :-

তুলসী মনা তোলা মখাই, ওকহিদাক তোলা মখাই, পিপুল (উচিথি মোরোক) তোলা মখাই, যষ্টিমধু তোলা মখাই, মিশ্রি তোলা অনি মখাই ঈশিং সের মখাই অমদা য়ান্না মুন্না মই তংখাই অমত্তা ঙাইরবা ফাউবা ফুংলগা চা চামচ অমমম নোংমদা ৫/৬ অঙাংদা পিথকুবদি লোক শিথ শিথনা খুবা, চুন্নগী লোক, লাইহৌ চাব তুমদবনচিংবা অঙাং লাইনা পুন্মক মাংহল্লি।

লাইওং :- নোংনা চোংপা, নুংশিং অইংবদা হুয়াং হঞ্জিনবা অসিনচিংবদা লোক থুংই। লাইনা অসি তৌরকুবদি হকথি খল্লি, নাতোন্দা ঈশিং থোকই, হকচাং চিক খোংলি, খৌনাওসু খরা নাই।

হিদাক্তি :- তুলসী মনা তোলা ৩ রোম ইশিং অশাবা পরা অমদা য়ান্না মুন্না ফুংলগা শিতামিশ্রি শিং মচেং অম্বা হাপুনা চুমথোক্লেগা খোইহি চামচ অমগা নোংমদা ৩ লক থকপা ফৈ।

নোংমাংখা মকু ছটাক অম্বা ঈশিং সের মখায় অমদা মহি তংখাইমুক কংশন্না মুন্না ফুংলগা পিপুল (উচিথি) মকুপ মাষা ২ হাপুনা নোংমদা ৩ লক পুং ২/২ কান্ননা থকপা লোক থুনা মুল্লি।

লোকথুংবা হৌরকপদা খরা খরা নিংথল্লবদি কপূর চংনিং মরিগী মরুম্ব অদু চিনি অভৌবগা পুং অমমমগী মতুংদা চারবদি অমসুং কপূর মকুপ খরা খরা নাতোন্দা চিংশিল্লবদি লোকথুংবা ফৈ।

অহিং তুন্মদাইদা হুঙ্গামখাও অশেংবদু খরগা থুম খরগা য়ান্নদুনা খোংখুয়া অনি খুংকী খুবাক অনিগা তৈদুনা য়ান্না তকুবদি লোক থুংবা ফৈ। লোক থুংলবদি অহিং চরা হেনবা য়ান্না কামৈ।

অঙাং অপিকপগী লোকথুংলবদি পানমনা শাহল্লগা হুঙ্গামখাও তৈদুনা থবাক্তা নম্বিরবদি লোকথুংবা ফৈ। অঙাংগী লোক থুংলবদি মমানা চাবা থকপদা চেকশিনগদবনি। লাইহৌ তৌরকুবদি খুলাই লাইফাগী শিজিল্লবা হিদাক পিজগদবনি।

লোক হারা

লাংহৈ মথিপোঙ, কপোমরোকসি, উচিথি, সিংখা, কৌক্রমাই, থুম অহিংবা, পিয়ারংকা অসি কুপনা তক্তনা হৈবুং মহিনা তোত্তনা খরা খরা থকও লোক হারা ফয়ে।

লাইহৌ

লাইহৌবু অরুম হায়রগসু খঙনৈ মরম অদুনা অরুম লাইহৌ হায়বা রাইসি শিজিন্নৈ। অরুম লাইহৌ অনাবা পুন্মকী অথোইবনি। লাইনা পুন্মকী লাইহৌ হায়বসি ইচেন চেমৈ। পোকপা শিবা অনিমক্তসু লাইহৌগী শরুক খরদি ইয়াও য়াওই। অরুম হায়বসি হৌরকপগা হকচাংবু মাংহনগে নিংই। মরম অদুনা লাইহৌবু লাইনা পুন্মকী নিংখৌনি হায়নরিবনি। অসিগুন্না লাইহৌ অসি মখল মখা য়াম্মি। অহানবদা মহৌশাগী ওইবা চুন্নগী লাইহৌগী মরমদা ইজগে।

হৌবকফম :— হকচাংদা লৈফম থোক্তবা মচাক হেন্না লৈরক্লবা মতমদা হকচাংগী মৈশানা হেনগৎলক্তুনা মপান্দা পুথোক্লবা হোৎনরকই। হকচাংগী মৈ কনখৎলকপগা লোয়ননা মিহ্ন কনখৎলকই, স্বর নমথিরকই। ঈশিং মচু শেংদবা অমোৎপা হাল্লকই। মদুনা তাকপদি হকচাংগী ঈ-দা শেংদবা মচাক য়ান্না য়াওবদু, মহৌশা কৌবী লাইবেদ্বীনা হকচাংদা লৈরিবা ফত্তবা মচাক অদুমথৈ চাকথেক্তুনা মাংহনগে হোৎনবি। থীবিন্দা অমাংবা পন্দুনা লৈরগসু হকচাং শাগৎলকই।

লাইওং :— তপ্পা তপ্পা শাগৎলকই। অমুক ইংথম্বা, অমুক শাগৎলকপা, ঈশিং খৌবাংবা, তিল কংবা, লৈ থাগৎপা, ঋং নাবা, কোকচিকপা, হকচাং শাগৎপা হৌরকই। মিহ্ন কন্না হুন্দুনা লৈ কংলকই ঈশিং খৌবাংলকই। চানিং থকনিংদবা, মাংবা য়ৈখৎপনচিংবা তৌরকই।

লাইয়েং :— লাইহৌ হেক হৌরকপগা চারা হেনগনি। হকচাংগী মৈশা হুন্মকপা এনেমাগী মতেংনা অমাংবা লৌথোক্লনি। নুমিৎ ৩/৪ নি ফাওবা শঙ্কোয় ছানা মহী, চম্প্রা মহী, ঈশিং অমদি কমলা মহীনচিংবা পীথক্লবদি য়ান্না থুনা লাইহৌ অসি হাল্লি। ডিগ্রী ১০২% গী মখাদা লাকত্রিফাউবদি পীজবা ফত্তে। লাইহৌ লাকত্রিউ মমাংদা থোঙ কমলাক ফাউবনা ঈশিং অশাবদা তিংলগা লাইবক্লা ঈশিং অয়িংবদা লুপথোকপা অমোনবা ফি অমা কাবক কাবক শুমদোক্লগা য়েৎশিন্দুনা থমগনি। অদুগা খৌরিদগী হকচাং পুন্মক শামতুগী কন্মল অমদি কাস্তনচিংবা ফিনা নুংশিং চংদনা লুম্না নশন্দুনা মিনিট ২৫ বোম লৈগনি। মসিনা কোকচিকপা, ইনফ্রয়েঞ্জা অমসুং চুন্নগী লাইহৌদি য়ান্না থুনা ফগনি। হকচাং শাগৎলকপা মতমদা কোকপু ঈশিং অইংবা তুমথোক্লগা অশাবনা মিনিট ৫ অয়িংবনা মিনিট অমা ওন্না ওন্না মিনিট ১৮ হীগা য়েরবদি চৌইরোল লোনবা, কোকচিকপা, অয়িং অশা খাইদবা থুনা ফৈ। শাগৎলকপা মতমদা পুত্তা ঈশিং অয়িংবা থোন্না য়ান্না কামৈ।

চিঞ্জাক :— লাইহৌ কল্লিউ মনুদি চাক চারোইদবনি। লাইহৌ লেপত্রি ফাউবদি চম্প্রা মহীগা ঈশিং অমসুং খৌইহীনচিংবা থুনা তুমগদবা মহী পীথক্লদবনি।

হিদাক :- তুলসী মনা শুবগী মহী, খেইহী, গোল মরিচ, শিং মহী পুন্না শেঙ্গগা নোংমদা চাং তম্মা ও লক পীথকপা কামৈ।

লাইহংলোন

মীরম ৭ পোকপদি, লাই পোরোমথেন হাইনাইবনা পোকপনি। লাইমরম ৭ পোকপদি লৈনুং খোংজিলাবনা পোকপনে। লাইনংবু হাংপদি লৈনুংখর ঙাংবনা হাংপনে গুরুগী যাথংনে তুম্মো। ওমু অচঙবা অমগী মখাদা হকচাং মখাগী শম হাপ্পগা লৌদুনা চারবদি লাইওরুবা ফবনি খঙও। নুংশিং অপাইবসু শোল্লগা পিজৌ ফৈএ।

লিমা চিক্তনবা

ইঙা থাগী শুভদিন থোকপা নুমিং অমদা শিরিম পাস্বীগী মরা তোলা মখাই অমতং চেং মহিগা চেংখরগা তক্তুনা চারবদি লিমা চিক্তে।

শজিবু থাদা মুসরী হরাইগা নিম মনাগা য়ামদুনা তোলা অনিদং চাখবদি চহি অদুমা লিমা চিকপগী কিফম লৈতে।

শজিবু থাদা মুসরী হরাইদা নিম মনাগা ঘীদা ঙৌদুনা চারবদি চহি অদুমা লিমা চিকপগীদমক কিফম লৈতে।

লিলনা চিকপা

লিলনা চিকপদি – মীশি, শায়োম, যোংচাক, শেই মরীমা অসিগী মকুবু কুপ্তা তকও। তীলনা মহী ওইনা য়াখুন্দা থোমও। উহল, য়েন্নখং, হুপখা মতোল, মাহী, মাকে মঙামকী মহী শুমদুনা মথক লমদা তৈথাও। হৌনবদি শলখী, ফকপাইগা য়ামনা তৈও।

লিলনা চিকপদি – গুনমরিচনে, চিনিনে, ঈশিংগা য়ামদুনা পিথকউ ফৈ। করবীর অঙৌবা মরাগা গুন মরিচগা তৈয়ু লিমা চিকপা ফৈ।

হংগাম থাও পৌরা মখাই থকলবদি হু কাদে। অমসুং অনাবা অদুনা জ্ঞান মাংলবদি জ্ঞান তাদ্রিফাওবা মকোক্তা ঈশিং হৈগদবনি।

দ্রোনপুস্প (ময়াং লেদুম) মনাগী মহি পৌরা তংখাই অমা পীথকুবসু ফৈ।

হিদাকফু মহি অনা অমগী মরুম করবীর অঙৌবা মরা অনা অমগী মরুম জবাকুসুম অঙৌবগী মরা অনা অমগী মরুমগা তিন্নরগা থক্লবদি লিনগী হু কাদে।

অঙ্কোং মরো তরুগা ঈশিংগা তিন্নরগা থরুবাদি হু কাদে।

লিলনা চিকপদি – যোংচাক, সায়েম, মিসি, তিলনা মহী ওইনা য়াখলদা থোমও। উহল, হুপখা, য়েলখং মাকে তৈও। নসৈ ৪ মাগী মকুগুন্না তকও। ফকফাই সলখি য়ালনা তৈও।

লিলনা চিকপদা – মাইরেল অখাবনে, সাবল তায়ালনে, নোংসারিক মরুনে চাংতমও, তক্তনা তৈও।

লিলনা হেক চিকপগা অচিকপা মফমগী খরা মথক্তা লংশুং অকনবা অমনা কন্না পুনশিন্দুনা থম্বা হৌনৈ, হায়বাদি হকচাংগী ঈ-অদু লিল্লা চিকপা মফমগা শল্পদনবা (হকচাংগী মফম অতৈদা হু অদু শম্দোক্তনবা) অদুদগী চিকপা মফম অদু ইখি মখাই মরুমগী চাংদা লুনা থাংনা খোংতোক্তুনা “পারমেক্সানেট পটাশ” কৌবা হিদাক অদু চংনিং মখাই মরুমদং ঈশিং খরগা, ফংলগা তিলগা নিংথিনা নমদুনা তরুগা মুরল্লা মতম অদুদা ফিনা পুনশিল্লগা হাম্মা পুনশ্রিবা লংশুং অদু লৌথোকপিগদবনি। হেক চিকপগা অসুম তৌহৌরবাদি শিরোই। লংশুং পুনবা হায়বসি অচিকপা মফমদগী খুদোন ৪ কাখংলগা পুনগদবনি, পুনবাদি খুদোন ৬ লোম থাপ্পা থাপ্পা লংশুং ২/৩ পুলহৌবনা ফৈ।

লিলগী য়াখল – মহু কন্দবা লিলগী য়াখুন্দি :: মথক্তা বিন্দু অনি মখাদা বিন্দু অনিগী দাগ অসি লৈ। অদুগা মহু কনবা লিলগী য়াখুন্দি :: মথক মখা অমমমদা লৈ। য়াখল খুদম অনিমক অসি লৈরবসু মহু কন্দবা ওইরবসু হায়রিবা হিদাকশিং অসি তৌগদবা ওই। লিলনা চিকফমদু লেনথক্তুনা ঈ থোকহনবা ফৈ। নত্রগা হেক চিকপগা টিকিগুন্না মৈ থারবসু ফৈ।

খুং ওইগী খুংনিংখৌনা য়াদগী লোক নত্রগা নাকোং নপখি লৌদুনা চিকপা মফম অদুদা তৈরবাদি নত্রগা মীগী য়ুং তৈরবসু লিল্লা চিকপগী হু ফৈ।

লিলনা হেক চিকপগা অচিকপা মী অদুবু শলগী ঘী পৌরা অমতং পিজরবাদি হু ফৈ।

অপরাজিতাগী লেম্ফু সিকিগী মরুম পিজরবসু লিলগী হু ফৈ।

অঙ্কোংকী লেম্ফু সিকিগী মরুম ঈশিংগা তকতুনা থরুবসু ফৈ।

লফু পান্দিগী মহি ছটাক অমা নত্রগা পৌরা মখাই অমমম পুং অমমম লৈরগা ৩/৪ রক্তং পিথরুবাদি লিলগী হু ফৈ। (লফু মনুংগী ময়েল অদু মচা মচা কল্লাগা শুগাইদুনা মহি লৌগদবনি)।

গজা ঙাছক মকে খর ঈশিংদা নৈখাইরগা চিকপা মফমদা তৈরবাদি লিলগী হু কাদে। চিকফম অদু পিরুবাদি খরা চাওগবা লেম্ফুতুনা থোমগদবনি। ওইহাক লৈরগা হনা রাহুরিবু জ্ঞান তারক্কনি। অশিবগুন্না অদুবু মমিংতা হায়রিবা হিদাক অসি হাপ্পবাদি থুনা জ্ঞান তাই।

লিলনা চিকপগী হিদাক হায়গে – যোংচাক, সায়েম, মিসি, উসোই মরিমকী তকও, তিলনা মহি ওইয়ু, য়াখলদা থোমও। উহল, হুপখা, য়েলনখং মসিনা তৈও ফবনে খঙও।

লিলনা হেক চিকপা মফম অদুগী মথক্তা লংশুং নত্রগা ফিজ্জেং অমনা কন্না পুনগদবনি। পুনবাদি অনিথোক্লা পুনবা ফৈ। খুদোন ৫/৬ কুন্না লাগা পুনবা ফৈ। অদুগা পুল্লবাদি হকচাংগী মফম পুল্লমক্তা হু

শন্দোকপা ঙ্গশ্মোই। অদুগী মতুংদা অচিকপা মফম অদুদা ঈ ফংননবা থাংনা খোংতোক্তুনা হু অদু চিংখোক্কদবনি নত্রগা মৈথেং মরু হাপচিন্দুনা মৈ থাদোক্কদবনি। অচিকপা মফম অদুদগী খুদোল ৪ লাগ্না পুনগদবনি, অহানবা পুনবা অদুদগী অকোনবা পুনবনা খুদোল ৫/৬ লাগ্না পুনগনি। হু কন্দবা লিনগী য়াখুন্দি ঃঃ মথক্তা বিন্দু ২ মখাদা বিন্দু ২ লৈ। হু কনবা লিনগী য়াখুন্দি ঃ অসুম তৌনা মথক মখাদা বিন্দু অমমমতা লৈ।

হিদাক – অরাথবি মরা নোংপোক ওনবা অদু ফুন্নমদাইদা “অস্তিক” ৩ লক হায়দুনা ফুন্নগা শুগাইদুনা থোমলগা হু কাবা ফৈ নত্রগা মোরা য়াই থোন্নবসু ফৈ।

তিল্লোক ইঞ্চি ১ শাংনা কল্পগা লফেইদা হাপ্পগা য়োংলবসু হু কাবা ফৈ। হু লৈরি হায়না নিংলবদি অসুম তৌনা অমুক অনিরক য়োংহনগনি।

লিলনা হেক চিকপগা অচিকপা মী অদুবু শলগী ঘী অরিবা পরা অমতং পিথক্কবসু হু কাদে।

অঙ্গোৎকী লেশু শিকি ১ গী মরুম ঈশিংগা তক্তুনা থক্কবসু ফৈ।

ঘী, খোইহি, শঙ্কোম অনৌবা, উচিথি, শিং, গুন মরিচ, সান্তোর ৭ সি নৈখাইরগা থক্কবদি তৈক্ককনচিংবা লিলগী হু খুদিংমক কোকপা ঙমই। নোংমদা ৩ লক থক্কদবনি। নুমিৎ ৩/৪ নি গুস্তা শিজিন্নগনি।

হৈসাং মানানে আফিঙনে, য়েরুম মামুংনে অহুন্মা তিন্নরদনা লিলনা চিকপদা মাথক কানা থোমও ফবনে। মঙ্গৈ মরু তকতনা কোয়না তৈও।

লিলনা খোং নত্রগা খুস্তা চিক্কবদি, খুদক্তা অচিকপা মফম অদুগী মথক্কোমদা খুদোন মরি হাইগৎনা, ফি অমনা নত্রগা খৌরী অমনা পুন্দুনা থস্বীয়ু। হকচাংদা হু কারকপা অমসুং চেনবা ঙমদে। অচিকপা মফম অদু পুনবা য়াবা মফম নত্রবদি অচিকপা য়াখুন অদু থাং অখৌবা অমনা লেনথৎলগা মৈ থাদোকপিয়ু লিলনা চিকপা ফবনি।

রান্দেংখোইবী মানবা হু চস্বী হায়বা মনা অদুগা ক্বাকথবী মরা, নুংজেং পেরু ক মনা, য়েনশিন পুন্না তকখাইরগা গুলি তাদুনা থস্বীয়ু। লিলনা চিকপা মতমদা অচিকপা মফমদা গুলি অদু নপ্তুনা থস্বীরবদি হু চিংখোকপনি। হিদাক অদু মতম কুইনা থস্বদগী কংলবদি ঈশিং চোংহল্পগা নপ্তুনা থস্বীয়ু। হু কাই কাদে খঙবিগে হায়রবদি থোমলিবা হিদাক অদু শঙ্কোম অনৌবদা থাদদুনা থস্বগী মুশিন মুবনি। শেংদ্রিবা মথৈ মতৌ অসুন্না তৌবিয়ু হু কাবা ফবনি।

লিলনা চিকপা হুইনা চিকপা মতমদা হু কাই কাদে খঙনবদি। অরাথবি মথোম উমোরোক্তা তল্পগা পিজৌ। চারিবা মী অদুনা খাই শাই হায়রবদি হু অদু লৈত্রে হায়না খঙবিয়ু। য়াল্লা শাদে হায়রগা পুং অনিগী মনুংদা মঙ্গল হরাইমুক চাওবা অমমম পিজৌ। খরা লৈরগা থবাক শাবনি, খোইদৌদা শাওগৎলক্কবদি অনাবা অদু হু চমলে হায়না খনবিবো। হু না য়াল্লা লৈরবদি শাদে খরদং লৈরবদি শারি শারি তৌই। মরম অদুনা পুংশিংগী পিজৌ হায়বনি।

লিলনা চিক্কবদি লৈকাং, য়াইঙং, উনাপু, চেংত্রুক তিংখংপানবগী মরু, চেংহি, শঙ্কোম অফন্না মহি, ঘীগা তিন্নদুনা পিথকউ হু কাবা ঙমদে।

লিলনা চিকপদা হু কাদুনা ঈশিং খৌরাংলবদি লুপা হিদাক কবোক পোন্সগা ঈশিংগা য়ান্দুনা পিথকউ নত্রগা অক্লোংকী মরু অদু তরুগা ঈশিংগা পিথকউ ফবনি।

লিলনা চিকপদা জ্ঞান তাদনা ইপং পংথদুনা শিখবদি ডহরনে, করঞ্জ ফল, উচিথি, গুনমরিচ, শিংখা অকংবা, যাইঙং, উ নাপু, তুলসী মনা, হামেংগী ময়ুংদা পুন্সমক তরুগা ময়িত্তা তৈউ জ্ঞান মাংদবনি।

ঘী, মাখন, খোইহি, উচিথি, শিংখা, মোরোক, সৈন্ধব থুম, পুন্সমক তরুগা চারবদি লিল অতৈদি থম্বীখো তক্ষকমক্লা চিক্ৰবসু হু কাদে থুনা ফবনি। হুনা হাইগংব্রবসু হেক হেক পুং ২ গী মনুংদা থকপদা হকচাং পুন্সমক ফুং ফুং লাওনা নুঙাইবা লাকপনি।

য়াইঙং, উ নাপু, জমেল, মন:শিল, কুকুম, চুমথাং নমথিবি মরু পুন্সমক ঈশিংদা তরুগা গুলি তাও অদুগা অসিকপা মক্ষম অদুনা ঈশিংগা য়ান্দুনা কংলা তেরা তৌ অমসুং থোমদুনা থমউ হু কাবা ওমদে, হু চমই।

শজিবু থাদা হরাই মসুরী অমগা নিম মনা অনিগা তিন্নদুনা চারবদি লিলনা চিকপগী থবক লৈত্রে অমসুং লিল কিদে।

হু কাদুনা লৈবা মতম অমসুং লিল হুইনা চিকপা মতমদা চাগদবা চিঞ্জাক্তি শঙ্কোম, দহি, দয়, ঘী, মাখন, খোইহি ইতং তত্তনা থকউ। চাক চাবীগনু লমহেদুনা চাবা থোক্লবদি ফত্তবা থোকপসু যাই। শিঙ্গগা তুংদা মাইমিং মুশিল্লকই কুচু মাংই। হীদাক, চুকট, বেডী, মোবোক অশাবা, হৈ কা চাবা, চাক চাবা ফত্তে। হু লৈত্রবা মতমদা পুন্সমক চাবীযু।

হু কাবা জীব লিল, হুই, হৌদোং, উচিনা চিকপা, চিকচিরিবীনা চিকপা, খোইনা চিকপা মছপানবা পুন্সমক্লা চিকপা মতমদা মথক্তা হায়জরিবা হীদাকশিং অসি তৌবীযু হু চম্বনি মতুংদা অমুক হৌররোই।

ঙানু মচা নত্রগা য়েন মচা ওইরবসু মশাদা থাঙনা খজিক্তং য়াংলগা লিন্না চাকপা মখুন্দা থমউ। য়েন মচা অদু শিনা তারক্লবদি হু লোইদরি চঙনা তারক্লবদি হু লোইরে। শিনা তাবক্লিবা মথে য়েন মচা অনি খঙদে অহ্ম খঙদে নপকদবনি।

লিলতুম

লিলতুম নাবদি – লাই মসিংকা, নুংওক মসিংখা, মুকখা ও মা তোংতুনা তৈও। ঈ চানবদি হৈক্ৰু, হৈতুপ ২ মা ফুতুনা হকচাং য়াংতুনা থোমও ফয়ে।

লীলসাং খোৎনা নাবা

লীলসাং খোৎনা নাবদি – নোংমৈ সিঙচঙ, অঙাং মখোই, কেত্ৰু মকু ঈশিং হুইনা শোকও মই ওইনা তত্তনা তৈও ফৈয়ে।

লীলসাং তাখৎপা

লীলসাং তাখৎপদি – নোংমৈ শীংজং, অঙাং মখোয়, কেত্ৰু অহম্ববু ঈশিং হস্থনা সোকপনা মই ওইনা তক্তুনা থাচীন্দা তৈও।

লু-তাং চিংবা

লু-তাং চিংবদি লৈহৌরা মরা, যাইঙঙ চহি ও শুরবা, নুংসিল হীকোক মালববু ও মা তক্তুনা তৈও ফৈয়ে।

লু-তাং চিংবা শিথবা

অচিকপা শিথবা মফমদা চুনানা খেংলগা হজ্জাম মরু তকখায়রগা তেখাও যাইখু মরুগী মইগা তিন্দুনা নোংমদা অহমলক তৈগনি।

তেখাও যাইখু, শিং, হজ্জাম মরু, এনশিন না শরুক অহম ওইরগা মৈতৈ থুম, কবো মোরোকসিনা শরুক অমগী চাংদা তকখায়রগা তক্তুনা তিনলগা তৈয়ু। লু তোং চিকপা শিথবা ফৈ।

লুনা ফবা

হৈখাকোকা চিনি অঙাংবগা তুল্লা চপ মামনা নুমিং ২/৩ নিদা পিজৌ ইকাইবসু ফবনে লুনাং ফবনে।

লুপৌ ফনবা

কোফি চা ওইনা থরুবা অদু চেংহী অনৌবদা ফুংলগা কোক লুজরবদি লুপৌ থাংবা ফৈ।

লুৱাংচম লাই

লুৱাংচম লাইদি – থম্ভাগা হৈমাংগা মামনা তৈও। লাইদা কোনয়াই, চেং, য়েকম লাভুং অমদা হাপ্তুনা থাও। লাইসোলদি – ওক্লেনগীবু লুৱাংচনুনা ওম্বনে। য়েলহিং থাও তীল সীংথোকহল্লো।

লৈকক লাই

লৈকক লাইদি ঈশিং আকম্বনা নছোকও, বাকথোনা খেংও। নুঙসীয়ে, হনুবা খুংলাম মইনে, সারাম থাওনে, লসীং য়ৈচীলদনা থোমও।

যাইঙঙ, হংকামথাও, কুমলংপীচাক লীনাইবা মহীনে থোমও। চাপালদি চেকায ২, শেল অকায়বা ২, কোম্বাঙ ২, চেং খুৎনা খোকপা ২ কোনযাই পু ২ লৈকজা থাও, লা-যাওগনো। লাইসোলদি – নংগী লাইবু ঐঙোল্লা থুংলে ওযবীও সোল্লমও। মাঙওইনৌও।

লৈকাপ লাইমল

শুকী কোনথাঙ অতংপনে, উচিখোই মছমনে, লৈসৌপুঙ মতোলগী লৈপাক অছম্মা, মৈদা ইক্তনা ঈশিংদা চুশিল্লো। উচাল মাচিসু তক্তনা হাপসিল্লো।

লৈচাকপী

লৈচাকপীদি – কবোখচী, য়েলখং, পানা খাঙপা উবী, কবোহৈ মকু, মনাই মকু অসিদি কংনা তকও। লফু থবোগী মখোম, কংফান্দা হৌবা লাইবেল চাকী মখোম হৈমাংমখোম অছম্মা তোৎতুনা থোমও। হ্মা হ্মা তৌও ওম্বনে।

লৈথোলবী

লৈথোলবীদি – কোযনা যাৎতুনা হোংঙুগী তাজেইদা খেলচীল তকশিল ও। তীলনা মহী ওইও থোমচীল ও। পুম্মা কেপ্পবদি হাওচক নমথিবী মনা, পুঙতীংপী মনা অনীমা তক্তুনা থোমও। অদুগা কবোখচী, ক্বা অপুম্মা হৈনীঙমকু অছম্মা তক্তুনা থোমও। ফৈয়ে।

কাংছ শুদুনা থোমউ মহিসু খবা যোৎলু থুনা ফৈ। নত্রগা হৈনৌজোম মবা মুকথ্ববী অনিসি ফুতুনা যাদা উম্মু।

লৈথোলবীদি – কবো খজি, য়েলখং, কৈসুম, কফোই মকু, মনাই ফুৎলগা তকউ। লৈচাবীসু ফৈ।

হোংঙুগী তাজেইদা খেনজি তরুগা থোম্মু। পুমলবদি হাওচক মনা, পুংতিংবী মনা থোম্মু। কবো খজি, ক্বা অপুম্মা, হৈনিং মনুংদগী অঙৌবা তরুগা থোমগনি।

লৈথোলবীদি – হোংঙু তাঙকোই খেলজি তিলদুনা মহী ওই। য়াৎতনা থোমও, মোইথাপনা খুমও। পুমলবদি হাওচক নমথিবী পুংতিংবী মনা ২ মা থোমও। কবোখাজি, হৈনিঙ মক মনুংদগী মতোং তকতুনা থোমও ফৈয়ে।

লৈথোলবীদি – হোংঙু তাজেইনে, খেমচিনে, তিলনা মহি ওইয়ু, য়ামদুনা থোমও। লশিংনা খুমও। পুমলবদি হাওচক খোমবি নমথিবী, পুংতিংবী ২ মা থোমও। অদুগা ক্বা অপুম্মগা কবোখজিনে, হৈনিং মক মনুংদগী মতোংগা ৩ মা থোমও ফৈয়ে।

লৈখোলবী য়েংবদি ঈ খরা থোক্কা থিনগাইয়ু। লৈহাও মতোন তজুনা তৈয়ু। তিস্ছোকা থুমগা য়ামদুনা তৈয়ু। লৈখোলবীগী হিদাকনে খঙও।

লৈখোলবীদি – হোংঙুগী তাঙকোইগা খেলচি তকও, তিলনা মহী ওইনা তোংও থোমও মোইনা খুমও। পুমনা কেল্লবদি হৌচক নমথিবী পুংতিংবি মনা ২ মা তজুনা থোমও। অদুগা কা অপুন্না কবোখজি হৈনীং মক মনুংদগী মহাও ৩ মা তজুনা থোমও ফয়ে।

হৈনৌজোম মরাগা মুপ্তবী মরুগা ফুজুনা থকউ ফবনে।

লৈ নাবা, খায়াং চাফৎপা

চম্প্রা ৩ গী মহীদা চেং মরুম চাওবা লুপা হিদাক মৈ থারগা পোকপা কবোকনে, খোইহী খরনে য়ামদুনা পিথকউ। লৈ নাবা, খায়াং চাফৎপা ফবনি।

লৈ চাফৎপদি – হামেঙ, হুই, ওক, য়েন মরিল লোঙবা ১/১ না লোঙলবসু আরোঙবা অদুব লৌদুনা নুঙগী থাংগী লাইনে। নুঙদি কংথাও চাঙঙাগী লৈখাবীদা থাও। হীদাক্তি থাওনে, নাপী পেরুক মানবীনে অনীমা থাকও। চে অভাংবনা খুমও খোমখা মনানা তজুনা থোমও।

লৈচাবী

লৈচাবীদি – কবোখজি, য়েন্নখং, পানা খাঙবা উরী, কফোই মকু, মনাই মকু কংনা তকও। লফুথরো মচুম, কংফাল লাইরেলচাক, হৈমাং মথোক ৩ মা তজুনা থোমও।

লৈ নাবগী

খোইহি থকপা নত্রগা তৈরবসু লৈ নাবা ফৈ। নুংশিল অঙোবা মকুপ ঈশিংদা হাপ্পগা মৈদা ব্রোং ব্রোং শৌহল্পগা খরা ইংহল্পগা হন্ন হন্ন চীন তেংলবসু লৈনাবা ফৈ।

উয়ং মক মনুংদা ঈশিং হাপ্পনা খুবীমুকী চাংদম তরুগা, লুপা হিদাক্কী কবোকা, খোইহিগা তিন্নদুনা নোইখাইরগা শেংদোকপা ফৈ।

গ্রিসরিন লুপা হিদাক্কী কবোকা শেংদোজুনা ঈশিং অশাবনা তেংথোক্কাবসু ফৈ।

লৈপাক মনু

লৈপাক মনুদি – য়ুম ৭ কী সাইচুমগী লৈপাক, চুহী, ফকফাই মহী তিলনা থকও ফয়ে।

লৈপাল

লৈপালদি – পাখংবা লৈতোল, অশিখাঙলা অনীমা নোইহতুনা খুংয়াযদা খুংপাজ্ঞা তৈও। অমদি কৌদ্রাংকোনবু, চুমপারৈ মরুগা তৈও। অমদি লৈখাম মৈদা ইকও, তাজ্জোইগা শিংখা মহীগা অনীমা তৈও।

লোক

লোকীদি – সিংখা মহী, য়োৎসিঙওৎ ইতুনা থবাজ্ঞা তৈথৌ। থুম অচুম্বা, কেকে মালবী মনা ঠৌও, তাঙকোইগা, চানম, মুকথ্রবী, কবো উচিথি তফুনা তৈও।

মুকখা, চানম, সিংখা তকও, নমমেলনা তকও, লসিংমরুমরম চাওনা খোইহীনা তুম্বা চাও। লৈয়ুগা, সেম্দাংগী ঈগা খোইহী তোৎতুনা থকও। হৌচক সিংচু চাও, সুদুনা মহী থকও ফয়ে।

লোক য়াম্বা খুবদি গুনমরিচ মকুপ তোলা অনি, উচিথি তোলা অমা, কফোই মক মকুপ তোলা নিপান, চিনি অরিবা তোলা তরাতরুক, যবক্ষার তোলা অমা। পুম্মক তরুগা খরা চাও, লোক খুবা, লোক্তা ঈ তাবা, ফবা ওমদ্রবা পুম্মক থুনা ফবনি।

কবো লৈতেং মানবী মরানে, খাংখা মরানে, শিংনে, লোয়ুমলৈ মবানে, তখেইলৈ অঙাংবা মবানে, মুকথ্রবী মরানে, চরোইতোং মকু অমসুং মরানে। হিদাকশিং অসি তোলা মান্না কুপহল্লগা, চনিং অমগী চাং চাওনা গুলি তাবগা শিং মহিগা তিন্নদুনা থকপীরবদি লোকী অনাবা খুদিংমক ফবনি। নোংমদা অনিরক থকপিয়ু।

তখেইলৈ অঙাংবা মরু, খুজুম পেরে অঙাংবা মরু, নুংগারৈ অঙাংবা মরু, থবো অঙাংবা মরা, থম্বাল অঙাংবা মরা। পুম্মক অসি চাং মান্না তরুগা হরাইমঙ্গল মরুম চাওনা গুলি তাবগা চাববদি লোক্কা নাবা পুম্মক ফৈ।

লোকী হিদাক্তি – চোংখামচং, খরি মচং, থুমপাক, য়াইহৈনৌমান, হোংঙু কল্লা মানবী, হৈনৌজোম, ওকহিদাক, গুনমরোকসি, মুকথ্রবী, কর্পুর, রোসকপূর, তিনশিবি হিদাক তরানিথোই অসি তুলা মান্না কুপ্পা তরুগা মকুপ ওইনা তিন্নগা লিক্কিদা হাপুনা মনিল চংহনগনু। খরা খরা পিজ্জগনি খঙও।

লোকী হিদাক্তি – গুন, লোং, কালানিমুক লোকী হিদাক্তি। লফোই মকু, গুন, লোং, খরিমচং, কর্পুর, কেহুগী য়াম্বা গুলি তাও অদুগা চাগনি। চোংখামচং শরুক ২ কর্পুর শরুক ১, হিদাক মনানা শরুক ১ গী তজ্জাই ১ যখোই অসি তিন্নগা চাগনি। শিং মপং, কানি, খোইহীনা গুলি তাও, লশিং মরু মরুম চাওনা তাও অদুগা চাও ফবনে। হৈনৌজোম, কর্পুর, হোংঙু কল্লা ফুংলগা পিখকউ ফবনে। নিংথৌখোংলি, জাইত্রি, জাইফরা, য়েন্নখং, কুল মরু, খোইহীনা গুলি তারগা পিজ্জো লোক ফবনে। খঙও।

উরিকশিবি মহিদা থুমপাক অমা হাপকনি। কংনবা লোনগনি। অকংবা মফোন অদু লৌরগা খরা খরা চারবদি লোক্কা নাবা কোকচিকপা, নুংশিং চংলি ফৈ খঙও।

লোকী হিদাক – শিং পরা মখাই অমা, খোইহি পরা মখাই অমা, ঈশিং পরা অমা মৈদা লোল্লগা তংখাই লৌরগা খরা খরা থকউ ফবনে খঙও। কালানিমুক, কপূর, কুলমরু, হোংঙু, মৈতৈ যাইঙুং, ময়াং হিদাকমনা চাং মাম্না খোইহিনা গুলি তাও।

হোংঙু, কেগে মানবী, খুজুম পেরে অহুমসি উৎলৌগনি অদুগা লোয়ননা কপূর, খরি মচং কিহোম হুংলগা মনুংদা হাপও অদুগা থকও ফবনে।

ব্রারক হৈজাং মচা অদু পতুম অমা পায়দুনা ফুং ফুংখিল্লগা মমাই শোইদৌক্তুনা হুংলগা থুম, কেগে মানবী মরু ও কুপ্পা তকখাইদুনা নমশিল্লু। শোইদোকপা মমাই অদু খুমজিল্লগা তিংখংনা তুশিল্লু। নুংশাদা কংনা ফৌদৌক্লগা মৈদা অহিং অমা ব্রামৈদা ফুমদুনা থাদোকউ। মদুগী উৎ অদু লৌদুনা লিক্দিদা হাপ্পগা খরা খরা চাহল্লু ফবনে।

লোক কঙখু

লোক কঙখুদি – ঘীদা মুরোক মরু তক্তুনা মৈদা লোলও শামবগা লা-না খৈরোয় শাদুনা খৌনাওদা থল্লবগা ঘী অশাবদে হৈথরো চীন উমনা য়োংও হাহনকুনো ফৈয়ে।

লোক কঙখুদি – হিদাক তুকতা অয়াকপা লমমেয়া মহী ওইদুনা কুপনা তকও। লসীং মরু মরম তাদুনা চাও। ঈশিং চৎতরবদি লম তায়াল মনানে মরানে তক্তুনা তৈও। পেং কাবলবদি সীংনা খীলচীলদুনা থোমও।

মৈতৈ থুম নত্রগা মৈতৈ যাইঙুং চারবদি লোক খুবা লেপই।

লোক খুবা, থবাক ফুনবা, চরম শাবগী হিদাক্তি – পুঁলৈ ময়োন অনৌবা চোংবা তাং ১/২ শাংনা ফাওরবা অদু থাংনা অমুক থিনবদা তুপুবা ফুকপা অদু শোইরগা, মৈতৈ থুম থাক্তুনা লোল্লগা শারিঙৈদা থকউ ফবনি।

লোক খুবগী হিদাক – পানা খাংবনে, হৈকক য়েনানে, তেজগা পুন্না নৈখরগা উতী চুমলগা পিথকউ।

হিদাক অমদি – মনাই ৭ নিংখৌখোংলী খুদুম থকখা ককপা মকক ৭ কা ফুংলগা থকউ ফবনে।

লোক খুবা

লোক খুবা থুংবা হায়বসি চাবা তুঙ্গী মরমদা বেরা ভৌবা, থস্বোস্থিদা নাবা, ফিরাঙ্কচিংবা অনাবদা লোক খুই।

হিদাক – উচিশম্বলগী মনা মকুপ অদু খোইহিগা য়ামদুনা বোরোই মরুম চাওনা তারগা যাদা উমদুনা নোংমদা ২/৩ লক চারবদি ফৈ।

শাগোলহিদাক মইহেনে, মনানে, মশানে কুপ্পা কল্লগা কংহন্দুনা নত্রগা উরিকশিবি মনাগী মৈখু থল্লবদি লোক খুবা ফৈ।

লুসু লুসু শাবা শলগী ঘীদা গোলমরিচ চংনিং ১২ গা শিং মহি খরা থল্লবদি লোকখুবা ফৈ।

চোংখার মচং তোলা ১ গোলমরিচ তোলা ১ উচিথি তোলা ১ কফোই মরু তোলা ১ তল্লগা চিনিগা বোরোই মরুম চাওনা তারগা চিন্দা উমদুনা মহি খরা খরা য়োংলবদি লোক খুবা ফৈ, নোংমদা ৩/৪ রক নুমিং ৪/৫ নি চাগদবনি।

নোংমাংখা মকু তোলা ২ ঈশিং সের মখাইদা ফুংলগা ছটাক অমতা ঙাইরগা নুমিং ৩/৪ নি থল্লবদি লোকখুবা ফৈ। খোইহিগা চাগদবনি।

মনাহি মকুপ তোলা মখাই, উচিথি চংনিং ১২ গোলমরিচ চংনিং ১২ শিংখা মকুপ চংনিং ১২ গা য়ামরগা চিনিগা নোংমদা ৩/৪ রক চারবদি লোক খুবা ফৈ, লোক থোকই হকচাংগী মৈ কল্লি।

অক্সোং মরানে খাগী লৈহাও মকুনে অরাথবী মরানে চোংখার মচংনে কর্পরনে হীদাক মনানে থুমনে অসি মৈদা ভৌদুনা ভুম্ম ভৌদুনা চাও ফবনে।

হৈবী মরু, চেং, চিনি, হিদাক মনা খরাখিত্তং হাপ্তুনা নুমিদাংরাইরমদা তুল্লমদাইদা অমুক চাও ফবনে।

লোক অঙাংনা খুবা – য়াইঙং মৈদা মুন্না লৌদুনা চিনিগা তোত্তুনা মংগলমরুম চাওনা গুলি তাও অমুক নুমিদাং চাও ফবনে।

হোংঙু হৈনৌজোম মহীদা তিঙু, নুমিং মঙানি, অদুগা মহী অদুনা শিদামিশ্রিগা চাক মমাঙদা পাত্র অমদা চাংতৌদুনা নুমিং ৮ নি থকউ ফবনি।

লোক খুদুনা থবাক নারবদি – খামেন প্রমাসিকা মৈদা ফুমলগা নোইখাইবা অদুদা মুকপ্রবী মরু তকখাইদনা হাপ্পগা ফিনা য়োমদুনা মৈদা য়াইরগা হীগা য়ৈবা ফৈয়ে। মশা শাগংতনা খোয়দৌ শাওগংলবদি, ঈংনবা খামেন অশিনবা মনা শুরগা মহী অদু ফিজ়েংতা লুপ্পগা খোয়দৌ মখাদা নল্লা ফৈয়ে। য়াইরেল মনা অনৌবসু য়াইএ। ময়াংবা মরুনসু য়াইয়ে, ঈশিংদা তিংলগা তৌও ফৈয়ে।

লোক খুদুনা খৌনাও শেল্লবদি – থোয়দিং ঈশিংদা ফুত্তুনা থকও। খৌরেল মারাক চমলবদি চুচম শুমদনা থকও। খৌনাও তাবগী হিদাক্তি – শুনুগা য়াইঙঙগা থীলও ওমদরবদি খামেন অমুববু মৈদা ইক্তনা থীলও।

লোক খুলাই

লাইওং – লাইনা অসি লোক থুংই, লোক খুই, হকচাং চিক খোংলি, কোক চিকই। হকচাংসু ইশোন শোইছে। করিগুমদা অরুম হৌদ্রিঙৈদা নিংথস্মী নিকই নুমিং ২/৩ নিদা য়াং কংশিল্লকই। হকচাং তরুম তরুমই, চিন খোইনা খাদে, অতনবসু হেল্লি, মিৎ, য়ুং, থি ভৌই। লাইনা অসি চহি খুদিংগী লাইচং ওইনা

তৌগল্লি, লোক থুংবগা য়াল্লা মাম্লে। চুল্লগী লোক থুংবদগী লাইনা অসিনা কনশনবা হেল্লি। হৌগৎলকপদা নাভোন ফুল্লি, হকথি খল্লি, নপ তিল চোগল্লি, মিত্তগী পি তাই, হকচাং ইথিং থিংলি লোক থোক্তনা লোক কংখু খুই। মহৌশানা মশা শোনবা মীদা নারবদি শিবনা নমই। লাইহৌ হৌই, য়াম্ভবদা নুমিং ১২ নিদি নাই। লাইহৌ ১০৩° ডিগ্রী ফাউবা কাই। করিগুম্বদা ১০৫° ফাওবা কাবা যাওই।

হিদাক – শিঙ্গারৈ মনা, শিংখা, উচিথি, গুনমরিচ, হঙ্গাম মরু অভৌবা, শিং মহিগা তোতুনা পিথক্লবদি লোক খুলাই ফৈ, অমসুং লোক থোকই।

উরিকশিবী মনানে, নিংখৌখোংলি, নিয় মকু, রক্ত চন্দন, মনাই হিদাক খুদিংগী শিকি অমমমগী মরুম লৌদুনা ঈশিং সের মখাই অমদা ফুংলগা পৌরা মখাই অমতা লৌদুনা নিতিগী অয়ুক্তা থক্লবদি অরুম অরিবা অমসুং ম্যালেরিয়ানচিংবা অরুম পুম্মক ফৈ।

নিংখৌখোংলি তোলা অনি ঈশিং সের মখাইদা ফুংলগা নংশিলহল্লগা মদুগী শরুক মরি খৌইহি য়াম্ভদুনা নোংমদা ২/৩ লক থক্লবদি অরুম ফৈ।

চনম মরু খরা তকখায়রগা খৌইহি চামচ অমগা চারগা ঈশিং অশাবা খবগা নোংমদা ৩ লক পুং ৪/৪ কামনা থকপা য়াল্লা কাম্লে। চনমদি মহিক শি, হিদাক ওইনা শিজিন্নবসু য়াল্লা কাম্লে।

চনম মরু খরা তকখায়রগা খৌইহী চামচ অমগা চারগা ঈশিং অশাবা খবগা নোংমদা অহল্লক থকপা য়াল্লা কাম্লে।

লাইহৌ মখল খরা খায়দোকই মদুদি – অচম্বা লাইহৌ, লোক খুলাই, খুলাই লৈফা, অরুম অসিনি।

লোক খুবদা ঈ-য়াওবা

লোক খুবদা ঈ য়াওরবদি – খৌইহীবু মৈদা লোন্দনা থকও। লাইসোলদি – লাইয়িংখৌ য়োং খলোংকুমবাও, নীক্তা হাদবাও নফল্লে সোক্তুনো, নোংপোক অপালবাও, মী মানীকও হায়না সোলও। চাপালদি য়েনশাগী মহীবু থাও। লাইরেশ্মা হিংচাবী নং চাও, সুমাওদা থাও, যেনদি চারৌও।

লোক নাবা

লংই মৈপোঙ, কাব মুরোকসি, উচিথি, সিংখা, কৌবরু য়াই, থুম অহিংবা, পীয়ারংগ সুঙ খরা কুপ্পা তকও। হৈবুং মহীনা তোংতনা খরা খরা থকও। লোক নাবা, হারা নাবা ফৈয়ে।

লাই থোকপা

লাই থোকপগী মরমদা লাইরিকশিংদা মখল কয়া থোক্লা তোঙান তোঙান্না ইরম্বশিং মথং মথং থমজরি।

মুদুি :-

১। লাইথোকপা হায়বা অসি শোন্ধ শম্মৰগা লৌনগনবা লাইনা পুম্মমক্তগী খাইদগী হেমা খুদোংখিবা লাইহৌ জাং অমদি। লাইখাই মতুং ইমা লাইহৌ কনবা কন্দবা লৈ। লাইনা অসিনা নারবদি হকচাংদা ফুরি মখল অনা চোংথোকই, চোংথোকইবা ফুরি অদুবু লাই হায়না কৌই।

লাইগী লাইশক মখল অনিনি - ক) লাইপুন, (খ) লাইচৌই।

লাইপুন :- লাইমকম (ফুরি) য়ামই অমসুং অকিবগী ফীভম ওই, শিগল্লি।

লাইচৌই :- লাইচৌইগী লাই মকম য়ামদে, অনাবগী ফীভমসু অদুক হাক্কা কন্দে, অয়াস্বন ফগল্লি। লাইওং মতৌদি লাইনা অসিগী তোঙান তোঙানবা মতৌ অহম উবা ফংই। মতৌ অহমদি - অরোনবা, অরাকপা, অফোংবা মতৌ হায়না খঙনৈ।

অরোনবা - লাইগী হনা হকচাং মনুং চংস্তগা নুমিং ৭/৮ নি লোভুনা লৈৰগা অনাবগী মতৌ ফোংদোকই। মতৌ মতা মতুং ইমা অকনবা কন্দবগী ফীভম খঙবা ওমই।

অরাকপা - নিংথম চন্দুনা অমদি নিকুনা লাইহৌ হৌই, ঙাইহাক ঙাইহাক চাকপা ওনিংবা অমসুং য়ালা হন্দোকপা পোকই। হকচাংগী মৈশানা ডিগ্ৰি ১০৩/১০৪ ফাওবা কাই, মিছল মপুং ফাৰা, য়াংবা অমসুং কনবা স্বৰ হোন্দোক হোঞ্জিন য়াংবা, কোক ঙাওবা, মাই মিং ঙাংবা, কোক য়ালা চিকপা, অয়াংবা য়ৈখংপা, তপথদবা, তুম্বিংদবা, কৰিগুস্তদা চৌইৰোল লোল্লি, পুস্তা নমগল্লচিংবা হকচাংগী মফম খুদিং চিকই অমসুং খৰাং য়ালা নাই, খৌনাও নাৰা অমসুং নাতোন্দা ঈশিংগুস্তা তাবনচিংবা মতৌ ফোংদোকই।

অফোংবা - নুমিং ৩/৪ নি শুবদা লাই হন্দোকই। অহানবদা মাইদা চোংথোক্লগা তুংদা হকচাং অতৈদা শিল্লি। মক্ৰমশিং অসি অহানবদা লংবগা লৌইননা ঙাংবা মচুগী মফম ওইনা উংলি, তুংদা অসুম অসুম ঙাংখংলজুনা নোংমৈ চার মক্ৰগুস্তা কন-কন লাওই, খুদোংখিবা নাগ্গা মনুংদা কৰিগুস্তা অকনবা পোং অমা মুম্ব ফুরিগুম তৌই। ফুরি অসি থুনমক ঈশিং হাল্লকই, ফুবাক্ৰবজুনা নুমিং খৰগী তুংদা নাই হাল্লি। নুমিং ৮ নিদা মক্ৰমশিং অদু মুদুনা নাই পোকখাইৰকই নত্ৰগা কৰিগুস্তদা কংশিনখি। কংশিনগ্ৰগা নুমিং ১৩ নি ১৪ নি হম্ৰং কেনখিদুনা মফমশিং অদু তাইশিনখি। উনশা মাংস্তবদি মপোকসিমগী চামদুন লৈরে।

খৌ মনুংদা লাই চোংলবদি খৌনাও নাই, য়োংপা ৰাই অমসুং তিল চোথে। স্বৰ যস্ত (নুংহমদা) থোক্লগা স্বৰ হোনবা ৰাই, কঙখু খুই, খোঞ্জেল তাই। মিং মনুংদা থোকশদি মিং তাংই। ওল্হোকনা য়ালা থোক্লবদি কোক, মাই, লেং অসিনচিংবসি কামখংলি, মিংখুম অসি পোম্মন্দুনা মিং পাংবা ফাওবা ওমদে। লাইনা অসিগা লৌইননা অমদি মমৈদা ওইৰবসু পুক নৌই (খোং হামই) লোক থুংই অমসুং ঈশিং চংপা মতমদা শাই। অনাবা মীগী মশাদগী নমখিবা মনম জাং অমা থোরকই।

লাইথোকপগী লাইহৌ (অক্ৰম) অসি মখল অনিনি, মক্ৰওইবা অমসুং মক্ৰওইদবা লাইহৌ অসিবু সংজ্ঞতন মুখা অমসুং গৌনৰৰ কৌই। লাই হন্দোকক্ৰিঙে মমাংদা হৌবা লাইহৌ অদুবু মক্ৰওইবা লাইহৌ

কৌই। লাই হুন্দোয়গা লাইহৌ হুখি। লাইনা অসিগী কোন্নরবনি হাইদুনা মসিবু মরুওইবা লাইহৌ হায়না কৌই। নাই হাল্লব কান্দা লাইহৌ অমুক হৌই অদুবুনা মরু ওইদবা লাইহৌনি।

লাই থোকপা (বসন্ত রোগ)

লাইরিক অমগী মত :-

লাইথোকপসি মখল মঙা শুই, অদুবু হিদাক্তি মান্নবনা যামই। মরম অদুনা খরা যান্না থোকনবা লাই জাং অহুগী লক্ষন্দা মাইজরে। মদুদি -

(ক) ফৌরাম ফৌজুম লাই (খ) লাইজাও অমসুং (গ) লাইকুপ।

ক) ফৌরাম ফৌজুম লাই - মাসি যান্না লৌনগনবা লাইনানি অঙাংশিংদা যান্না নাগল্লি। হকচাংদা মাসিগী মছচংবা নুমিং ১০ নি মরুম লৈরগা অহানবদা লোক থুংই, লোক খুই, হকথি খল্লি, কোক চিকই, লাইহৌ তৌই অমসুং হকচাং চিক খোৎপনচিংবা তৌই। অদুদগী চাক চানিংদবা, খোং হামদবা নত্রগা খোং যান্না হান্না, স্মোর হোনবদা রাবা, ওবা অমসুং ওনিংবা অসিনচিংবা তৌরগা লাই হুন্দোরকই। অদুদগী লাই অদু হঞ্জিনখিবা নত্রগা যান্না ওংবা নত্রগা অমুবা ওইবা মাসি যান্না কিফম থোকই।

খ) লাইজাও - মাসিসু লৌনগনবা অমসুং শিগনবা লাইনানি। লাই মথোকসু অনি শুই মাদুদি - অরনবা অমসুং অকুংবা। অরনবা - লাই অমমমদা লান্নাথোকপা অদুবু অরনবা কৌই। অকুংবদি - লাই অনি পুঞ্জপা নত্রগা অদুদগী হেন্না থেংনা থেংননা থোকপা অদুবু অকুংবা লাই কৌই।

মওং মতৌ :- অহানবদা হকচাং অপন্থা নাই, নিংথমই, নিকই, ওয়, অরুম কল্লা হৌই অদুদগী লাইহৌসু হুস্তরকই। নুমিং ৫/৬ নিগী মনুংদা লাইশিং অদুদা ঈশিং হান্দুনা নাই চারকই। অদুদগী নুমিং ৯/১০ নিগী মনুংদা লাই কংশিল্লকই। অবনবা লাইগীদি মরুমসু অদুক কন্দে, ফবসু থুনা ফগল্লি।

গ) লাইকুপ - মাসি লাইজাওগুন্না অদুক যান্না লৌনগনবা নত্তে। লাইনা অসি নহা অমসুং অঙাংশিংগীনা হেন্না তৌবগুম উই। মাসিগী (মরুমদি) লাইদি যুংগানৈ মতোন তুমই, নুমিং ৩/৪ নি লৈরগা লাই অদু ঈশিং হাল্লগা ফুরিগুমই অমসুং নুমিং ৬/৭ নি লৈরগা কংশিল্লি। মাসি অদুক যান্না শিগন্দে।

শাজেন :- লাই থোকপা হৌরক্লবদি টিকা থাবনা যান্না ফৈ। অঙাংশী টিকাদি পোকপদগী চহি অদুগী মনুংদা থাহৌবনা যান্না ফৈ। ইমুংদা লাই থোক্লবদি লাইথোকপা মী অদুবু তোঙানবা যুম অমদা তোঙান্না থমগদবনি। অদুগা ফীরোন অদু নুংশিন অশংবগী ঈশিংনা শুদোকপিগদবনি। অদুগা মকু হনু তারবদি নিম মনা মকুপকা যাইঙং মকুপকা ফমুংদা চাইবিগদবনি। হনুশিং অদু নুংশিনগী ঈশিং অদুদা পুং অনিমরুম তিংলগা হুন্দোক্লবনি। অদু নত্রবদি হনু অদুদগী মী অতৈসু লাই থোকপা যাই। লাইনা অসি শোকপদগী লৌনৈ।

হিদাক্তি - খামেন অখাবা, কারোন অখাবী, শাবল মরিংখা, নোংমাংখানচিংবা অখাবা চিঞ্জাক চাবা ফৈ। যাইঙং অহিংবা চুহি অয়ুক খুদিং চাবা ফৈ।

লাইথোক্তনবা হিদাক – কাকথবি মানবা অচাবা অদুনে (পলতা), নিংখৌখোংলিনে, নোংমাংখা মকুনে, শাবল মবিংখানে, নিম মকুনে, শেস্তাং কাওথুয়ে, এনখৎনে মযাম অসি চপ মামনা যাম্বা অদু ২ দং ঈশিং সেব মখাইদা হাপুনা পৌরা মখাইদং লৌবগা থক্লবদি অনৌবনা থুনা নাই চাবকই অমসুং থুনা কংশিল্লি।

মনাহিগী মরু (বীজ) নুপীগীনা ওইখৎবদা নিপাগীনা য়েংথংবা পান্সোমদা পুন্সবদি লাই থোক্তে।

শুপ্রিক মকুপ অমসুং গোলমরিচ মকুপ ঈশিং অইংবগা যাম্বদুনা থক্লবদি নুমিং হুমনিদা লাই থোকপা ফৈ।

য়াইঙং অমসুং মঙ্গ মনা নত্রগা গোলমবিচগা লিকোলগা ঈশিংদা তক্তুনা থক্লবদি লাই থোকপা ফৈ।

লাইথোকপদা যাম্বা শারবদি চেংহি পিথকপা কান্নে।

লাই নাই হাল্লমদাইদা নিংখৌখোংলিনে, যষ্টিমধুনে, কিসমিসনে, চুগী মরুনে (মুল), কফোইনে অমসুং চিনিনে (গুড়) যাম্বদুনা পিথক্লবনি, মাসি থুনা নাই মুল্লি অমসু হঞ্জিল্পে।

অঙাং লাইথোকপা ফনবদি – মৈতৈ যাইঙং চিনি অঙাংবগা পিথক্লনি। তিনশিৰী মকগী মতোং খোইহীগা যাম্বরগা পিথক্লনি। হৈবী মনুংগী মরু খোইহীগা পিথকউ। লাইচুম ফায়দনবা অমাং অশেং য়েংগনি। গাবি, হৈরা চারোই, ঈশিং অঈংবনা ইকজবা যাদে। লাইথোকপা হঞ্জিনথ্রবদি মঙানি তবেংনিদা ইকজবিগনি। হিদাক্তি – চম্প্রা, ফকফাই, চাকরাই, শচীচন, গুনমোরোক, শিংখাংগ, হক্কী ঈশিং, মৈতৈ যাইঙং, হঙ্গামথাও অসি হাপুনা ইকজবিগনি। তরেংনিদা লাই ফা-ও, গামুমান হাপনি, খোইজু লৈখাম ওক্লনি। লাইকং হিদাক্তি – ফকপাই, হক্কী ঈশিং, হঙ্গামথাও, মৈতৈ যাইঙঙ মবিসিনা তৌনি।

হৌজিক্তি লাইগী হিদাক হায়গে – লাইথোকপা হুমনি সুববদা, হক্কী ঈশিংনে, থুমনে, মী ৭ কী তিলনে অসিনা লাই সেংথোকও। ৪ নিদা হিদাক যালবদি, গুনমুবোকসি ৪, সিং, চারাইসাবী, ফকফাই, চম্প্রা, হংকামথাও অহিংবা অসিদা লুপা হিদাক কপোক পোকতনা হাপও। অদুনা পালদা তৈও, নুংদা থাবদি লাইমাসিংখানে, য়োংমু মাসিংখানে, সাওম মাসিংখানে, রাহিকনে, খোয়গী নুরানে, য়াথিনে, লুপা হিদাকনে থাও। নোংমাগী চেঙ অমা মতেক থাও। লাইদি – হৈয়েন লাই, মংকল লাই, হুপচাক লাই, হুপচাক লাইদি পিকয়ে। মুত্ৰবীনে, পানখোক ওহরইনে, য়িমখাইপা লাইনে ৩ না থোকপনে। উকু কিসিলাই, হঙা মীকপলাই, কিহোম লাই অসিদি লাইনে। খঙ-ও। লাইকং থাবদি – চারাই সবীনে, ফকফাইনে, সিংনে, যাইঙঙনে, খোক মাকুনে, উয়ঙ মাকুনে, কবো খচিনে, লফোইনে অসিনা লাইকং থাও। লাইনা কংথীববদি হিদাক মৈমুৰী ফুংতনা নমও কংবনে। নুংদা থাবদি কেকে মালবী অমা, গামু অমা চেঙদা যালদনা য়ামকুমনা চাকেম ওইনা পোমও। গুলি খুংপী তল্লা তাও কংহল্লো। গুলি অসিদি ১ না নুংদা থাও। লাইচুমগী নুংদা থাবদি উয়ুম মানা ফুংতনা পিথকও। ইতোন ফায়রবদি অসিনা ফায়ে। লাইগী হিদাক্তি অসিনে।

লাইথোক্লবদি ঈশিং যাম্বা থকপিগনু। নুংশিং চঙদবা মফম অমদা জয়ন্তী মনাগী মকুপ অদু হকচাংদা নোইনা নোইনা তৈবগা ফি অমনা নুংশিং চঙদনবা তৌদুনা যাম্বা লুম্বা লৈববদি ফবা হেল্লি।

লাইপেরক মহি, কোম্প্রেক তুজোম্বী মহি, খোইহিগা তিন্নদুনা থল্লবদি ঈশিং থকপগী মহত্তা ফবা য়াম্মা হেল্লি।

য়াইঙং মকুপ, কারোং অখাবা মনাগী মহিগা তিন্নদুনা থল্লবদি লাইকুপ লাইজাওনচিংবা পুম্মক থুনা ফবনি।

ঈশিং অঈংবগা খোইহিগা য়াম্মদুনা থল্লবদি লাইথোকপগী চিকপা শাবা, উনশা নাবা পুম্মক ফৈ।

লাইথোকপা মীনা মশাদা খাবা যাদবা অশাবগা লোইননা য়াম্মা চাক্লবদি চেংই থকপিউ। পোখাবনি।

লাইথোকপা মীনা খোরি ফুল্লবদি, খোইহিগা, উচিথি, মনাই তল্লগা শিং মহি খরা হাপুনা চাবিউ।

বোরোই কংহল্লগা চিনিগা তোৎনদুনা চাবীরবদি লাই থুনা কংই অমসুং য়াম্মা থুনা পোকখাই।

লাইথোকপা মীগী অহানবদা চিনিগা লুপা হিদাক কবোক্তা পিজবীহৌ। অদুগী তুংদা অখাবা মহি পিথকপিয়ু। হিদাক্তি ভুকুটিগী হীদাকনা নম্মা তৌবীরবদি কাল্লাবা হেল্লি। মরমদি লাইথোকপা হায়বা অসিদি ভুকুটিগী নুংশিংনি মরম অসিনা নুংশিং অশাবগী হিদাক কন্না তৌবিয়ু।

লাইথোকপা নারবদা তৌগদবা হিদাক্তি – ফুরি মশক উরগা চুঙৌ মহীগা লুপা হীদাক মৈদা পোক্লগা নৈদুনা পিথকউ। মতুংদা কালৈগা হক্কী ঈশিংগা থুমগা তিন্নরগা পিথকউ। মশাদসু তৈগনি, মশাদা তৈবদি কালৈ য়াওগনু। লাইনা বেরা লৈরবদি শাওম মশিংখা লাই মশিংখা অসি তক্তনা পিথক্কনি। উতোং থাদনা চিংখংকনি অথৌবা থাগনি। ওকসাথাওনে, হংকামথাওনে, য়াইঙংনে ও অসি তিল্লগা মশাদা তৈগনি। অদুগী মতুংদা লাই মপুং ফারগা ৭ নি ৯ নি ১১ নিদা লাইকং থাগনি। লাইকং হিদাক্তি – চাক্লবাই শাবিনে, শিংখানে, লৈয়ুনে অসিনা লাইকং থাগনি। ৩ নি ৪ নি শুবদা লাইমাই তাইগনি। ওকশা থাওনে, হংকাম থাওনে, য়াইঙংনে ও সিনা থাগনি। কালৈ হক্কী ঈশিং থুম অসিনসু তাগনি। লাইকংথাদরিঙৈদা থক্লদবা – লাইচাংথ্রংনে, লাইকন্নে ফুংলগা পিথকউ। মুকপ্লবী মরুগা খামেন প্রমাসিকা মনা ৭ নিংসা হোন্দনা হেল্লগা পিথক্কনি। নুমিং চয়োল ৭ কী লাইমমিং খঙনা হায়জগনি।

লাইশক্তি – হৈয়েন লাই, মঙ্গল লাই, ফৌরাম লাই, হুপচাক লাই, মুকপ্লবী লাই মখোয় অসিগী মশক খঙনা হায়জগনি।

লাই থোক্লবদি – তাইরেল মনা সলথি ইজুনা নমচিংও ফয়ে।

লাই থোকপগী হিদাক্তি – চুঙৌ মহীগা কর্পুরগা গুন মরুগা খোইহীগা পিথকউ ফবনে।

লাইচুম ফাইদনবদি – শল মউনগা মাইরোংবী মনাগা রাম তুলশি মনাগা ফুংলগা পিথকউ।

লাইকংহুস্বদি – খোইজু লৈখাম, হঙ্গাম মরু, মেত্রুক মৈ থারগা মৈখু হুমজিল্লু।

লোক থুংবা

তুলসী মনা খুবাম অমরোম ঈশিং পরা অমদা য়াম্মা মুন্না ফুংলগা শিং মচেং অমা হাপকনি। চুমথোক্লগা খোইহী চামচ অমগা নোংমদা অহ্মলক থকপা কামৈ।

নোংমাংখা মকু ঈশিং সের মখায় অমদা মহী তংখাইমুক কংশলা মুন্না ফুংলগা উচিথি মকুপ খরা হাপুনা নোংমদা অহ্মলক থকপা লোক থুনা মুন্নি।

নোংমাংখা মপাল নত্রগা মনা, হৈফ্র, শিং থুম যাওনা শুদুনা ওইরবসু পুন্না চামিন্নরবসু লোকথুংবা ফৈ।

কিসমিসনে, যষ্টি মধু, পিণ্ডখজ্জুর, উচিথি, গোলমরিচ পুন্মক তোলা মামনা তল্পগা খোইহিগা চাবীয়ু লোক ফবনি।

উচিথি মকুপ, দশমূল ফুংপগী মহিগা তিন্নদুনা চারবদি লোক খুবা, স্বাং নাবা, অক্লম লাইহৌ স্বর কাইবা পুন্মক থুনা ফবনি।

লৈপুং খাংগা তোলা ২ ঈশিং সের মখাই তিন্নদুনা ফুংলগা পন্না মখাই অমা লৌবিয়ু। মতুংদা উচিথি মকুপ তোলা অমা হাপুনা তিনশিল্ল, অদুগা খরা খরা শিথকউ লোক ফবনি। অঙাংগী লোক থুংবসুং য়ান্না থুনা ফবনি।

য়াইঙং, গোলমরিচ, কিসমিস, অরিবা চিনি অঙাংবা, উচিথি, শিংখা অকংবা তোলা মামনা কুপহল্পগা তিনশিল্ল, মাষা মরিগী মকুমদা খোইদিং অমুবগী থাওগা তিন্নদুনা নুমিং খুদিংগী চারবদি থগোফুনা নাবা লাইনা য়ান্না থুনা ফবনি।

হৈখাগোক মনাগী মহি, নোংমাংখা বাসকী মহি, হক্লাম থাও তিন্নদুনা থল্পবদি য়ান্না কল্পবা লোকী অনাবা পুন্মক থুনা ফবনি।

শগোল হিদাক অমুবগী মহিগা মশাগা মনাগা শুগাইদুনা কংহল্পগা মৈতান হাপুনা মৈখু থকপিরবদি য়ান্না কল্পবা লোকী অনাবা মখল থগোকপনচিংবা থুনা ফবনি।

শিং মহি খোইহিগা নুমিং খুদিং থল্পবদি লোকী অনাবা পুন্মক ফৈ। নাতোন্দগী ঈশিং তাবা ঈ তাবা পুন্মক ফৈ।

হক্লামথাও শাহল্পগা খোং, খুং, থবাক, বৌরি তৈরবদি হক্চাং থিংনা চিক্কা লোকথুংবা পুন্মক ফবনি।

সিতামিপ্রি, গোলমরিচ, যষ্টি মধু ঈশিংদা ফুংলগা লুন্সু লুন্সু শানা থল্পবদি লোকথুংবা অমসুং লোকখুবা ফৈ।

পানানামনা মক্লেংগী মহিগা সিতামিপ্রি মকুপকা তিন্নদুনা অঙাংদা পিথক্লেংগা অঙাং মশা শাগৎতুনা লোক থুংবা ফৈ।

শিং কাংশানা শোইরগা, ঘীগা তোভুনা পয়া অমদা লেংশিন্দুনা মৈদা কংহল্পগা চারবদি লোকথুংবা অমসুং খুবা ফবনি।

তুলসি মনাগী মহি খোইহিগা তিন্নদুনা থল্পবদি অঙাংগী লোকথুংবা ফৈ।

বাহোং মতুগী উং খোইহিগা লোইননা পিজরবদি অঙাংগী লোকখুবা লোকথুংবা ফৈ।

চা অশাবগা শিংগা থুমগা তিন্নদুনা থল্পগা লোকথুংবা ফৈ।

নোংজুখাদা লোকথুংলবদি ঈশিং অশাবা ঈংহল্পগা সৈক্লেং থুম হাপুনা ঈরজরবদি লোকথুংবা ফৈ।

গোলমরিচ মকুপ নাতোন্দা চিংশিল্লবদি কোক্তা মাই লুম্বা লুকখবা যাদবা ঈশিং নাতোন্দা তাবা ফৈ।

থমচেং মরু পৈশা মরিগী মরুমগা খোইহিগা তিন্নরগা চারবদি লোকখুবা ফবনি।

ওকহিদাক শাইদুনা চারবদি লোকখুবা ফবনি।

তুলসী মনাগী মহি মচুম তপ তপ তাবা কুন, কর্পুর শিকিগী মরুম খোইহিগা তোৎনদুনা লেজুনা চারবদি লোকখুবা ফবনি।

নোংমাংখা মহি তোলা অমদা উচিথি মকুপ অনা অমগী হিংদা হাপুনা খোইহিগা চারবদি অকনবা লোকখুবা ফবনি।

নোংমাংখা মনা, মরা, মশা ঈশিংদা ফুৎলগা খোইহিগা তিন্নদুনা থক্লবদি লোকখুবা ফৈ।

অযুক অযুক্তা হৈকু শুগাইরগা ঈশিংদা তিৎনদুনা থকউ। মরক মরক্তা কবা চিনি উমদুনা মহি অদু যোৎশিনবিয়ু লোকখুবা ফবনি।

নোংমাংখা ফুৎপগী মহি অদু যান্না নংনা লৌরগা খোইহিগা কর্পুর খরা হাপুনা থকপিয়ু লোক থুনা ফবনি।

নোংমাংখা উশোং মনাগী মহি খোইহিগা তিন্নদুনা থকপিৰবদি লোকী অনাবা পুম্মক থুনা ফবনি।

অঙ্গোং মনা শুরগা থুম শামরগা তোলা মামহল্লু অদুগা অযুক হন্না তকপিয়ু। তোৎনরবা হিদাক অদু ফি মচেং অমনা যোম্লগা লৈপাক অচোৎপনা যোমশিন্দুনা মৈ থাও। কংলবা মতমদা লৌথোক্লগা কবোথুম খরা হাপুনা তক্লগা গুলি শেমদুনা অযুক নুমিদাং গুলি অমমম চাবিয়ু। লোক খুবা অথিনবা পুকয়েকপা পুম্মক থুনা ফবনি।

শিংখা অকংবা তোলা অমা, গোলমরিচ তোলা অমা, লুপা হিদাক কবোক তোলা অমা, হিং তোলা অমা পুম্মক তক্লগা তেংনৌ মরাগী মহি হাপুনা গুলি তারগা চাবিয়ু। লোকী লাইনা পুম্মক থুনা ফবনি।

লোক খুবা, হরা থুংবা ফনবদি – মুকগ্রবী ফুৎপা মহীগা কালানিমক তকখাইদনা হাপ্লগা থকপা ফৈয়ে।

লোক্কোন ঈতুম ওবা

লোক্কোন ঈতুম ওবদি – য়েমখং মহী, শলয়ুং, চুহী, খাংখা মহৈ মরীমগী মহীদা পামাখাওবা উরীগী মনা মহৈ অনীমা তিনও। ফিনা চুম্মো। চেং কবোকী যান্না কুপ্পা তজুনা মৈনা শারপ লোনও লশিং মরুমরম তাদুনা চাও ফৈয়ে।

লোকী লায়না ফনবা

হিদাক্তি – গুনমোরোক মঙা তুলসী মনা কুনগা শুগাইরগা খোইহিগা যান্নদুনা চাবা থকপা তৌরবদি লোক লাইহৌ ফবনে। হিদাক অসি চারি থক্লিওদা চরা হেল্লু।

তুলসী মনাগী মহি চামচ অহুম খোইহি চামচ অনিগা য়ান্নরগা নোংমদা অহুম্নক থকউ। লোক লাইহৌ অমদি লোক ফৈ।

থাংজ নুমিংতা খোক-উগী মকু হজৎনা খোজুনা লৌরগা মকু অদু ফুৎলু। মহি অদু চাংনাইনা থকউ। লোকী লায়না ঈ-ওবা ফবনে।

নোংমাংথা অফুৎপা মহিনা শরুক অনি খোইহিনা শরুক অমা য়ান্নরগা নোংমদা অহুম্নক থকউ। ঈ-য়াওনা লোকখুবা ফৈ।

হৈরুবোপ মরাগা কোমলা মকুগা তরুগা নোংমদা অনিরক থকউ। লোক খুবা ফবনে।

উয়াজননে ওথা খজিংনে ইরোই অঙৌবগী ঘীদা ঠৌরগা চাও। লোক খুবা ফবনে।

হৈনৌজোম মই শুম্বগী মহিদা হোংঙু কল্লামানবীগী মরু শোইদুনা নুমিং মঙানি তিংদুনা চেকশিন্না মখুম খুমগনি। মঙানিগী মতুংদা চাং নাইনা থরুবদি হাবা কংখু ফৈ।

হোংঙু মনুং ছত্তোরুগা হিদাক মনা অফবা খরা নমশিল্লগা মৈ থাও। মদুগী উৎতু লৌবগা হজ্জাম মকুগা খরিগা য়ান্নদুনা উৎ ওনবা ফাওবা ঠৌমিনৌ অদুগা থাংথৌ। হায়রিবা উৎসি তুলা তমদুনা চাংনাইনা ঈশিং অশাবগা উৎ খরা খরা য়ান্নদুনা নুমিং খুদিংগী চাক চাগদবা পুংমুক রাংলিঙৈদা থকউ। ফত্রিবা ফাওবা থকউ।

কাজোল মতোল, মনাগা, চুহি অফবা, মরোই নাকুল্লী মরু মরা, গুনমোবোক, লোংপান, পুম্মকসি কুপ্পা শুগায়রগা গুলি তাও। নুংশাদা কংনা ফৌদেদুগা থম্মু। নোংমদা গুলি মরি মঙা চাও। লোক য়ান্না খুবা ফবনে।

কাজোন মনা অকংবা মকুপ খোইহিগা উম্মু চাও লোক খুবা ফৈ।

লোংপান গুনমোরোক, এলাইজিনচিংবা মক মরাংগা নোংমাংথা, শিংখা, কর্পূব উচিটি হিদাকশিংসি খরা খরা লৌরগা খোইহিগা য়ান্নরগা চাং তমদুনা থকউ। লোকী লায়না ফবনে।

তন্দন মনা খুদাপ অমগী চাংদা লা-না য়োল্লগা মৈদা মুন্নবা ওম্মু মুন্নবগা লৌথোজুনা নাতোন্দা মনম নল্লগা চিংশিল্লু। মৈদা শাহন শাহনলগা হম্মা হম্মা মনম নমদুনা চিংশিদুনা শামৌ। লোকী লায়না নাকোং য়ৈশিনবা কোক্তা ঈ নুংশিং হাইগংপনচিংবা ফবনে।

পোরোমখোক্তা চিনিঙৌগা ফুংলগা অয়ুক অমুক নুংখিন অমুক থকউ। লোক খুবা ঈতোন ফাইবা ঈ নুংশিংকী পরিং কায়বা পুম্মমক্তা ফবনে।

কিহোম অশংবা মতোন্দা কল্লগা কালানিমুক্তা খরি মচংগা খর খরা নমশিল্লগা মৈদা ওম্মু। অদুগা থোক্তগা চাও, লোক খুবা ফৈ।

মোনশাওবী মনা মতোন থোংলগা চাবদা লোকী লায়না ফৈ। থা অহুম চাও।

হৈকক, হৈকক য়োল্লি য়োনা চাবদা লোকী লায়না ফৈ।

লমকাপ

লমকাপতি – মকে সারাম থাও, হোংঙু, কাবথুম মৈদা ইকও তক্তুনা তৈও।

হৈরুবোপ মশিনগী মহি, থুম, খরি অসি তিন্নদুনা তৈরগা ফৈ নাই চাদে।

লমকাপতি – মুকখা, য়েন্নখং, নুংওক মসিংখা ও মা তোংনা তৈও ফয়ে।

লমফা তুফা

লমফা তুফাদি – হিঙনে, চাইফরনে, কনতুকনে, কাকখবি মরানে, মহাক্কী ময়ুংগা থকহল্লো ফবনে।

লমহুন

লমহুন্দি – ত্রিফলদা খোইহি, ঈশিং হাপুনা থকপা ফৈ।

লমহুনগীদি কানতুক, জাইফোর, লোং, সিং, কালিচারা, মেত্রুক, উচাল মরেক, ওকহিদাক, চানম য়াওদুনা শলমুংনা মহী ওইও। লসিং মরু মরম চাও। চিঙচিল মরা, লৈপুঙ চেংত্রুক, লংমালখা মরা, নাওইতোং মরা, লাইউতোং মরা, চিকোংলৈ মরা, উসিংসা, হৈরুবোপ মসিন্না মহী ওইনা ৭ মা তৈও। চাঙালনম মরী, খুচুম পেরে ২ মাগী উতীনা থক্তুনা হৌদোকহালও। অদুগা হিদাক চাহল্লো ফৈয়ে।

লমহুনগী হিদাক্তি – কল্লুক, চাইপোন, হিঙ, রোং, কালীচারা, মেত্রুক, উচাল মরেক, ওকহিদাক, চনম মাপন অসি তক্তুনা শলমুংনা মহী ওইদুনা লশিং মরু মরম তাদুনা চাও। লৈপুঙ চেংত্রুক, লংমাইয়েনখা মরা, ঈরীকসীপী মরা, চরোং অঙোবা মরা অসিদি ফুত্তুনা থকও। চাকোঙলৈ মরা, উসীংসা, হৈরুবোপ মসিন্না মহী ওইনা অনীমা তক্তুনা তৈও। চাঙালম মরী, খুচুম পেরে, অনীমদি মৈদা ইক্তুনা উংতী চুমও হাম্মা থক্তুনা হৌও অদুগা হিদাক থা-ও ফৈয়ে।

লমহল

লমহলগীদি – কালতুক, চাইফরা, লোং, হিঙ, কালিচারা, মেত্রুক, উচাল মরেক, ওকহিদাক চানম তুনা শলমুংনা মহী ওইগনি। লসিং মরু মরম চাওনা তাদুনা চাও। চিঙচিল মরা, লৈবুং চেংত্রুক, লংমাইয়েনখা মরা, চারোং অঙোবা মরা, নাওইতোং মরা লাই উতোং মরা, চিকোংলৈ মরা, উসিংসা, হৈরুবোপ মসিন্না মহী ওইও। অসিনা হকসাং পুন্না তৈগনি। চানম মরু, খুজুমপেরে অনীমা থক্তুনা হৌথোকহল্লো অদুগা মরু মরু অদু চাও।

লংদুম পোহা

লাই মশিংখা, নুংওক মশিংখা, মুখা অহুম্মক তৈম্মু ফৈয়ে।
ঈ-চাবদি হৈক্রু, হৈতুপ অনিমক লৌদুনা থোমও ফৈয়ে খঙও।

লায়থুং অঙৌবা

কাংছগী মহি, নিম, খোইহি, শিতামিশ্রি, চিনি অঙাংবা, অঙৌবা, চুহি হিদাক মরমশিংসি তিন্দুনা মহি ওইনা শেন্নগা তৈম্মু। লায়থুং অঙৌবা, লাইগী লায়না, লাইচাক থুংবনচিংবদা তৈম্মু ফবনে। খবা ফবকপগী অরোইবদদি শেন্নিবা হীদাকুদা হকী ঈশিং খবা হাপ্পগা তৈম্মু য়ান্না থুনা ফবনে খঙও।

শগোনগী ঙৌদোং

শগোনগী ঙৌদোংদা থাকপা হিদাক্তি – পিরিলহৈ মনা মৈদা ইক্তুনা তাঙ্গোই লৌও। চানম অরিবা তকখাইও, মোরোক তিঙও মরিমা অসিনা কামচিলও।

শাগোন শামু লাই

নুংওক পাইবং, সন্দং মশিংখা, পানা খাঙবা উরী, ওকহিদাক, ওকময়া অহোবা, নোংমৈ সিঙজঙ, খারাচিজোল মরু তকখাইদুনা তৈও। শাগোল শামু লাইসু ফবনে। সাগোল সামু লাইদি – সাগোল, সামু, সলগী খোরী ইক্তুনা নমমেলনা মহী ওইনা তোংতুনা তৈও। লাইকং হিংকু খুক সোল্লো সাগোল সামুবু খুকমনা তৌও ফবনে।

শঙ্গোন্না য়েনমৌনবা

হৈক্রুনে, খাঙ্গনে, এনপংনে চাং মান্না মহী লৌরগা চুহীগা তিন্দুনা থকউ। মক তাবগা থম্বসু য়াই।

শঙ্গোমগী ছ

শঙ্গোমগী ছদি – শঙ্গোম চাবদা থুম হাপ্পগা তোক্তুনা চাগনি।

শবীলাই

শবীলাইদি – লম্মেলগা, থরোই বিচুপ, তলতল, খাংখা, শগোলহিদাক মরু, উথুম মনা, কাংছ, শিংখা, হৈবুং অসিখৈবিকপু তক্তুনা হৈরীপোপ অঙালবগা য়ান্না তৈও ফৈএ।

শমজাবী

পুংদিংবী মনা ৭, হৈজাং মনা ৭, মালতি মনা ৭, অসি কুপ্পা তকথায়রগা শামু লম্বেলগা তোংতুনা তৈয়ু। শমজাবীগী লায়না ফনবনে, ফত্রিবা ফাওবা তৈয়ু।

বোকুল মনাগী মহিগা থুমগা থোম্বা ফৈ।

ওকহীদাক তকপগী মহিদা মরোই নাকুম্বী হাপুনা শমজাবীদা তৈয়ু ফৈ।

শামু ময়াগী মকুপকা থাউ অহিংবগা তৈরগা ফৈ।

শামু ময়াগী মকুপকা, হামেং মখোমগা, রসাজুনগা কুপ্পা নৈখাইদুনা হম্মা হম্মা তৈরবসু নুমিং ৭/৮ গী মনুংদা শম হৌই।

শম ফনবা

শম ফনবাদি — খোংনাং মরা হুলথবা মরা অনৌবা সুদুনা চেহীদা হাপও। যাইঙঙ মহী হঙ্গামথাও লুও।

শামু উরীং

শামু উরীংগী হিদাক্টি — শামু ময়া তকতনা তৈও যাম্মা থুনা ফবনে।

শল মখৌ পোম্বা

নারুমদা হঙ্গামথাও খুংনা শুম্বনা পৈশা মরুম পাক্কা মতু চপথংলগা অক্লেং মখোমগা নৌইদুনা তৈয়ু। মফম অদুদা পোমগনি, অতৈদা পোম্বসু মফম অমদা চিংখোকপা য়াগনি।

শল মথি ময়ুং থিংবা

শল মথি ময়ুং থিংদুনা নারবাদি — শিং শাইদুনা মমিত্তা কামশিল্লু ফৈ।

শল মনুনা নাবা

শলনা মনু থক্কা নারবাদি — ঈশিং অশাবদা কেরোসিন খরা হাপুনা পিথকউ।

শলমিৎ

শল মনাতোন্দা শলমিৎ লৈরবদি — থম্বাল ১০৮ গী মনা মৈদা থারগা মৈখু হুমজিল্লু, চিংশিনহল্লু তগনি।

শাউগৎপা

উবোইপান লৈনম্ব, মনাই, পুঁলেমানবী মরা, উচান মচি মরি অসি চাং মান্না লৌবগা থকউ।

শাচীক

চাকী ঙাগী শাচীকি — নোং খোংলকপদা চংহন্দুনা ছপ মতোল অহমদা যানা চিক্লা ফোয়হল্লো। অদুগা থাশিদা শাচীক মহাক যাত্তুনা তেংনৌ মখোম, চাক মপুম অহম, ছপ মতোল অহমগা তোত্তুনা মপীদা তৈও ফৈয়ে।

তন্দন মনাগী মহি নুংশিলগা তিন্নবগা হোগাইবগা হাঙ্গু। ছপ মতোন ৭ যানা চীকুনা থাশিদা ফোইদংলগা তেংনৌ মখোমগা চাক্কা থোম্মু।

হৈবী মক তক্তুনা তৈবগা ফৈ।

শাচীক মখোঙদা শম কিগনি, হৈক্কু নত্রগা মতুম তাবা অমনা তক্তনি। শম অকিবদু নোংম নোংমগী কিশনগনি হায়বদি চিংশিনগনি। অদুগা শজিক থুংলিবা মখোংদা চিগোংলৈ তিংখংনা ফৈনা ফৈনা ফাওনা থিল্দুনা থমগনি। মদুদা নাই চাবক্কনি হাক্কচবক্কনি, নাই পুবা চাদ্রিফাওবা থমগনি। শুনু, শুধা, লৈকাং যান্নবগা তৈবদা শজিক ফৈ।

শিদিনবা

উপোংথা, মাইয়োকফা, কোক্কন অহম অসে ফুত্তুনা থকও শিবোইয়ে সোবাবেনগী তেন্না পানলবশু শিবোইয়ে।

শলৈবান অঙাংবা (চীন লৈগী অনাবা)

হিদাক্তি — খোইদিং অমুবা নত্রগা খোইহি তৈদুনা শেংদোকউ। খোক-উগী মকু, যোংচাক মকু, হৈনীং মকু অহম অসি ফুংলগা চীন তেংথোকউ ফৈ।

শলৈবান অমুবা

হৈক্রুমান (চকপা হৈক্রু) মনা খুয়া ২ খুবাক ২ দা তকও ফৈ।

শরেং তীন্না নাবা

হিদাক্জি – চা চন্দোন, পানা মনা অনৌবগী মতোন তরেং, রামতুলসী মনা তরেং, তিংখৌ মতোন মরমশিং অসি নৈখায়রগা পিথকউ। মপাম্দা থানবা হিদাক – হিদাক মনা অয়াকপা, তেখাও যাইখু, হিদাকফু মহি তিল্লগা হকচাংগী শরুক মথৈ তৈয়ু। পুক খোয়দৌ মখা শোন্ধনু।

হিংনে, চনমনে, তিলহৌনে, ঘীনা মহি ওইরগা তিল্লো হকচাংগী শরুক্জি হস্থনা তৈয়ো, খোঙ খুংতি হস্থংনা তৈয়ু। শরেংতীন তাবনে, তীনগী হিদাক্লে।

শারেং তীন

শারেং তীন্না নারবদি – ঙারা মসিংখা পিথকও ফবনে।

শারৈ হৌবা

শারৈ হায়বসি মখল মলুম শুই, মাদুদি – ১) গুল্ল ২) সন্ন্যাস অমসুং ৩) মৃগীরোগ অসিনি।

লাইওংশিং :—

গুল্ল – মথোক কারকপা নুপীশিংগীনা শারৈ জাং অসি য়ান্না তৌগল্লি। নোকপা, কপ্পা, জগেই শাবা, চেইঙাং ঙাংবা, লাওখোংবা, ফিংগংপা, কোক চিকপা, স্মোর হোনবদা রাইচিনবা, পুক কঙখংপা, থগেবা, রান্হুবা, পুন্ডুগী খৌরিফাওবা মতুম অমা চেনখংপোই নিঙবা, থাগী খোঙকাপ কাইবা অসিনচিংবা তৌই। লাইনা হেক হৌবগা অনাবা অদুগী মফিমরোল কোমহনগদবনি। মকোক্তা ঈশিং রাংনা হৈথবিগনি।

সন্ন্যাস – লাইনা অসিনা হকচাংগী ঈগী ঈশিংগী শরুক ময়েং তাখিবা, কোক্তা ঈ য়ান্না হাইগংপা, নত্রগা ঈশিং য়ান্না হাইগংপা মরম অসিদগী তৌগল্লি। ইখঙ খঙহৌদনা রান্হুখিবা, মিৎওনখংপা নত্রগা মিৎ অমনা ওনখংপা অমনা উইশিনবা, ওনিঙবা, ইফিং ফিংবা, মিহ্ন চাওবা অমসুং থকপা অসিনচিংবা তৌই। লাইনা অসি তৌরবদি চাক য়ান্না চাবা, অহিং তুমদবা, নুংশা অকনবা নত্রগা মৈ য়ান্না যাইবা ফঙে। অনাবা হৌরকপদা মখোং মখুং ইংলবদি ঈশিং য়ান্না শাবনা হিগা য়ৈবা, লরাইদা ঈশিং অইংবা থোম্বা, শেংলি চারিবা মফি মরোল লৌথোক্চুনা তোঙান্না থম্বা ফৈ। অনাবগী মনাক্তা মী ময়াম ওম্বা তৌরৌইদবনি।

মৃগীরোগ — মাসিদি চিদ্দা কোঙ্গোনগুম্বা কারকই, ইফিং ফিংনা লাও থোংদুনা থুনা রাহুথি, হুমাং অনঙ্গা কাই, মরৈ তিংথোক্লি, মিৎকি মিৎনহা অদু মথক্তা কাথি, নত্রগা মথা কুমথবা অসিনচিংবা তৌই। মরৈ তিংথোক্লুনা লৈরবদি ইনশিনবিগদবনি, ময়া য়ায়া কন্না চিকশিন্নরবদি ফাকদোকপিদুনা ময়া অদু ফি মচেং অমগী ফিবুল মচা অমা হাপপিগদবনি। রাহুবা মতমদা শেংলিবা মফি অদু কোমহন্দুনা অনাবগী মকোক্তা হুমাই হুস্বিগদবনি। অনাবগী মথোং মথুৎকী থোংশাশিং অদু নৌইবিবা মেংপিবা ফৈ। মছ কনবা পোং চৈ চাবা থকপা ফত্তে। থবক য়ায়া শুবা ফত্তে।

অহ্ম সিগী খেলবা — গুল্ল হায়বা শারৈ অসিদা মৃগরোগ হায়বা শারৈ অসিগুম্বা জ্ঞান পুম্মাং মাংদে, নত্রগা অনাবা হৌরকপদা হেক লাওথোংদে। সন্ন্যাস হায়বা লাইনা অসিদা মৃগ রোগকুম্ন' ইতং তন্তনা ফিঙ্গৎতুনা মশা তনিক তনিঙে। মৃগ রোগ হায়বা শারৈ অসিদা সন্ন্যাস হায়বা শাবৈ অসিগুম্বা স্মোর হোন্দোক হোজ্জিন মখোল হৌদে।

হিদাক — গুল্ল শারৈ অসি হৌবদা কর্পূর খরা মনাতোন মনাক্তা পায়দুনা মনম নমহল্লবদি থুনা জ্ঞান তাই।

হঙ্গামথাও, চনম নত্রগা শঙ্গোমগা নুঙ্গারৈগী লেম্ফুগা অমসুং খোইহিগা কোম্প্রেক তুজোম্বী মহিগা পিথক্লবদি শারৈ জাং পুম্মক ফৈ। হায়রিবা হিদাক জাং অহ্ম অসি নোংমদা ছটাক মখাই অমমগী চাংদা অনিরক থক্কদবনি।

লাইনা অসিদি নুংশিং, ঈশিং, লোক অহ্মগী দোষতগী ওইরকই। মওংদি — থম্মোইনিকপা, হকচাং হুমাং থোকপা, পংথবা, মিৎ ওনখৎপা, ময়া চিকশিনবা, কোঙ্গোন কাবা, মথোং মথুৎ চপতিংবা।

হিদাক — হঙ্গাম থাও, চনম, শঙ্গোম অনৌবা, নুঙ্গারৈ মক, খোইহি, পেরুক পুম্মকসি মহি লৌদুনা তিন্নবগা থকপা ফৈ।

হাংং ময়ুংগা হঙ্গাম থাওগা নৌইবা শলখিনা নৌইবগা শলয়ুংনা চামথোক্লবসু ফৈ।

উরী কিশি ৭, লাংকিশি ৭, পুলাই কিশি ৭ অহ্মসি ফুৎলো থকও। উমংলাইদা কংলবা সারেলগী সা মবৈ, উচেক মরৈ লৌও, তৈও, পিথকও।

শোর ফুনবা

কর্পূর, গুল্ল, লোংপাল তকখায়দুনা খোইহী, চনম, চম্প্রা মহীদা চাং মায়না থাদবগা থকপদা খৌনাও নাতোন ফুনবা ফৈ।

শৌ চোঙথোক্লবা

শৌ যুবা মফম মচীন্দা অঙোম য়েনসিন থোমউ চোংথোকপনে।

শায়োন চিংখৎনবা

অপাংপা অপোম্বা শায়োন চিংখৎনবদি থোইদিং অহিংবা ঈশিং অশাবগা য়ান্না ফুংলগা লশিং অকাম্বা থাদৌ। লশিং অদুদা চুপখৎলকলিবা থাও অদু মচেং মচেং থোম্মু।

সক পামবা

সক পামবদি – চাহাওগী চেংহী, ফৌকাকী চেংহী, য়ুম তরেংকী চেংহী হৈবুং মহী অসিনা লুজরবদি সক পানলি।

সাকপ লাই

সাকপ লাইগী হিদাক হায়গে – সুম্বল মচেং সুক মচেং য়াংকোক মচেং পয়া পৰৈ ১৪ মৈ থাদুনা তাংগেই লৌদুনা ওইনা তৈবীয়ু।

সেকারাক পেতি

হিদাক্তি – উসিংসা, মুরোক, হীদাক মনা, খারী, অসিনা চপখৎলো, অসিনা ফত্তরবদি য়াংতনা কেকেমালবী থাও। অদুগা ঘী তৈও।

সলখীপোক

সলখীপোকতি – য়াঙৌ তৈও।

সল্লাই অকায়বা

সল্লাই অকায়বদি – মাত্রা লাইদি পুকচৎথোকহলও, হকসাং ঙালথোকও। কুমশ্তুনু ঈশিংগা নৈনা থকও। অদুগা শন্দং মশিংখা থকও ফৈয়ে।

সল্লাই খৌয়েক

সল্লাই খৌয়েক্টি – খামেল অমুবা মনুংদা থুম মোরোক খীলচীলও মৈদা ফুমও, চাও। খৌরী মাপালদা তৈবদি মোরোক, হৈবুং মরু, নুংওক মশিংখা অছম্মা তজুনা তৈও ফৈয়ে।

সল্লাই খৌয়েক, নাতোন চাবী, চাপুমলাই

অহুম্বকী হিদাক্তি – চুচম মহী, শুনু, খরী, চাইফোরগা তিন্নদনা, ঈ-থোক্লা খিলখায়দনা লাংকোয়্লা পোরোঙ সেমদনা থিল্লো ফবনে।

সল্লাই খৌয়েকী হিদাক্তি – খামেল অমুবা মনুংদা থুম ময়োল খিলচিলও, মৈদা ফুম-ও অদুগা চাও। খৌরি পালদদি হৈবুং মরু, মোরোক, নুংওক মসিংখা তৈও ফবনে। সলাই খৈবিকসুং সাওম মসিংখা তৈও ফবনে।

সল্লাই খৌয়েক নাবদি – খামেন মনুংদা থুম মোরোক নমশিল্লু মৈদা ফুমদুনা চাও। খৌরি চরমদি মপাদা হৈবুং মরু, মোরোক, নুংওক মসিংখা অহুম্বা তৈও। মনুংদা শাওম মসিংখা তৈও ফবনি খঙও। সল্লাই খৈবিকতসু চনমনে, শিংখানে তৈয়ু ফৈয়ে খঙও।

সাচীক

সাচীক্কা ফবদি – ভাঙচতা হীদাক তুকতা, কুমশুন্ তক্তুনা তৈও ফৈয়ে।

সাবী লাই

শামুলস্বেল, মুকথ্রবী, থরোইবিচুপ, তন্দন, খাংগা, ওকহিদাক, শাগোল হীদাক মরু, উথুম মনা, কাংখিল মরু, শিংখা, হৈবুং তরুগা হৈরিবোপ মশীন্দা য়াল্লগা তৈবা ফৈ।

সাবী লাইদি – জমেল, থারোইপীচুপ, তলতল, খাংগা, সগোন হীদাক মরু, কাংছ, উথুম মনা, সিংখা, হৈবুং তোৎতুনা তৈও ফয়ে।

সামু উরিং

চা চন্দোম্নে থুমনে তক্তুনা তৈও ফবনে খঙও।

সারোক লাই

সারোক লাইদি – কোকতা হৌনা নুমিং খুদিং খুদোল ৩/৩ লমদ থাও। খুচীন কেল্পবগা মচুম তানা কংলবদি মহাক ঙালথোকও। হংকামথাও অহিংবা, চম্প্রা মশিলগা য়াওনা তৈও ফৈয়ে।

সারৈ

সারৈ নাবদি – সা মরম ৫ না সাদুম ১৮ থোক্লা য়াংও। চাদুম ১৮ কা খারায় মনা ৯ পালবদা লৈপাক্লা মী ১ সাও, ফিসেংপিও। খারায় মায়াইদা লেপহল্লো, চাকচাদি অদু কোইনা হাপও ফিরাল ৯ থাওমৈ ৯ থেংও। লমলোঙ ৩ ফাংবদা থাও। সারৈনা নাবা মহাক্কী মমাঙদা খুবাক ফুও নোইও, য়াখংলোইগী মমিং সোলও। অদুগা নাপী লেঙবা মখোঙদা থাকলমও, কোনয়াই হুল্লমও ফয়ে।

সারৈ য়েংনবা হীদাক – উয়ুং মহিনে মরুনে, মতোংনে তরুগা পিথকউ।

সারৈনা নাবদি – সা মরম মঙানা সাদুম তরানিপান থোক্লা সেমও। চদুম তরানিপান থোক্লা সেমও। চদুম তরানিপানগা খারাই মনা মাপল পালবদা লৈতালনা মী শাদুনা ফি শেংপিও। খারাই ময়াইদা লেপহল্লো, চাক, সা অদুদি কোয়না হাপও। ফিরাল ৯ থাওমৈ ৯ থেংলো লমলোঙ ৩ ফাংবদা থাকও। সারৈ অদুগী মমাঙদা খুমাঙ খুদুংনা নোইও। য়াখঙ লোইগী মমিং সোল্লো, নাপী অরেঙবা মখোঙদা থম্মুও, কোনয়াই হুল্লমও।

সারৈ লমলাই

ব্রাহোংমথী মৈদা ইকপগী তাঙকোই, লিক্কোল মপুম ৪ গী তাঙকোই, উচিথি, কবো মবোকসি, কাংছ য়াওনা অসি থিবিকপু কুপ্লা ফিদা য়োমদনা নাতোন্দা নমও। লৈপাক থেংতাপাদা তোৎতনা। সারৈ লমলাই নাবা, ঈ না ঙাওবা, অঙাওবা, লাইতীন ফন্তবনা পুজা পাওন্দা ঙাওবা অসি খৈবিক ফৈয়ে।

ব্রাহোং মথিগী তাঙ্গোই, লীক্কোল মপুম মবিগী তাঙ্গোইনে, উচিথি, কবো মবোকসী, কাংছ, য়াংলী, অসিখৈবিক ফিদা য়োমদুনা নাতোন্দা নমও। লমথি ব্রাইথি ফন্তবা নেঙনা, সাবৈ লমলাইথুংব, ঈনা ঙাওবা, অঙাওবা, লাইতীন ফন্তবনা পুজা চঙবা অসি খৈবিক ফৈয়ে।

সারোল তীল (সারেংতীল)

সারোল তীলগী হিদাক্তি – তেখাও য়াইখু, কাকথবী, য়াইমু, খাঙখা, সেংপাংকাওথুম, হিঙ, সৈচাক মকু, হৈবী মরু, উরী কাং মশাদা তৈয়ো থকও।

সাহিং

সাহিংগী হিদাক্তি – য়েনপং মনা ৭, সথাঙলি ৭ লমদা থাও। সোলনবদি – মিৎনাহা অহিংবাও নংনা তালথোকপিও। হিদাক্তি ঙামু মসিংখা থকও।

সিংলী চিংচিলবা

সিংলী চিংচিলবা পলগে তৌবদা – ঘী অফবা, লাই মহাও, কৈ মহাও, ঙাখা মপী মহাও, জমেল ৫ মা য়ালনা তৈও। অদুগা য়াই মরম ৯ সুদুনা কাণ্ডকা তোৎতুনা তৈও ঈ চুপয়ে। খুপাই, ওক ২ মাগী মসিংখা তৈও ফৈয়ে।

সিংলী চিংদুনা নম পোলগে হায়রবদি – ঘী অরীবা, লাইরেল মহাও, কৈ মহাও, ঙা নাসুবী মহাও, নম্মেল মঙামা য়ালদুনা তৈও। অদুগা য়াই মরম মাপমা চামত্রক মারুগা তোতুনা থোমও। অদুগা ঈ চুপথোকও। খুপাই মসিংখা, নুংওক মসিংখা, হীঙ য়াওনা তৈও ফৈয়ে।

হকচাং কামখংপা

হকচাং কামখংনা নারবদি – থাং হিদাক, শন্দং চাক, নাওতু, সেকমুকাং, নোংমৈ তাঙকোই, কেত্রু, কুমলংপিচাক লীনাইবা, পুলাইমালবী অসি থৈবিকপু তকখাইদনা তৈও। ১ দি উয়ুঙ মকু, থোংনাং মকু, সৈচাক মকু, তাইরেল মকু, হৈরুকোকতোং মকু, চকপা হৈত্রু মকু, কবোহৈ (কফোই) মকু, পোংহৈতোল মকু মরম অসি থৈবিকপু তকুনা তৈথাও ফবনে।

মাই মিৎ হকচাং কামখংনা নাবগী হিদাক্তি – করবীর মনানে, থরোইবিজুপ মনানে, অশিহৈবোং মরানে মুমা ফুংলগা হুহুনা তৈয়ু ফবনে।

নুংশিং হিদাক অকংবা মকুপ লৌরগা পিজবদা নুংশিং য়াল্লা চংলি, হকচাং চাওখংপা ফৈ।

হকচাং খাও (তুরুম) চাওথোকপা

নাবগী মওং – ঈ নুংশিং য়েংশিন্নবা, মমা মপাগী দোষ, চাঞ্জাক ফণ্ডবা শিজিন্নবা, ওক্তা লমচং চংপদগীসু ওইরকই। হিদাক্তি – লাংথ্রৈ মতোন ৭ মৈদা শাহল্লগা নাল্লু ফবনি। খামেন পাবমাসিকা হেত্রুগা মৈ য়াইদুনা নাল্লু। অয়ুক যাহৌরকপগী তিনখা তৈবা ফৈ। হিদাকমনা অশংবা খোইহি তৈবগা মৈ য়াইদুনা নধু। হৈবী মনা, হৈনৌজোম মনা, শগোলহীদাক মনা ৭ মুক হেত্রুগা থুমগা ফুংলগা থোম্মু। নিম মনা, যুং লৈকাং, চাকরাইশাবী, পানা মনা ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু। অখাবা তরেং ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু। লৈশৌ লৈপাক থুমগা থোমউ।

চানবদি – য়েনশিন য়েন অমুবী মরুমগী মমুংকা থোংলগা চাও। রস ৫ মনাই, এলাইজি, যাইফোর, দালচিনি, কুঞ্জমালা, কর্পূর তিন্নরগা চাও। নুংখোঁগা চিনিডৌগা ফুংলগা থকউ। ক্কা মানবী, রস ৫, স্নাহীদাক, পানামনা ফুংলগা থকউ।

পেরুক মহি লমইকাইথবী মিশ্রিগা ফুংলগা থকউ। উরোক শুম্বল, মুকপ্ৰবী, শেন্মাং কাওথুম, পুংফাই, কর্পূর, নিংথৌখোংলি, ক্বা মানবী শুগাইরগা থক্কনি। নুংজ়েং পেরুক, য়েনশিল লাবা, লাংথ্রৈ মতোন ৭ কী মহিদা মৈতৈ থুম ইক্লগা থাদরগা থকপা কাম্নৈ। লাইখুং, লাইকি, লাইমু, লাইকারোংহৈ, লাইচাথ্রং, লাইউতোং, লাইপেরুক, লাইথম্মামানবী মরম ৭ ফুংলগা থকউ। উচান মচি, ক্বামানবী, পুলামানবী, নিংথৌখোংলি, যাচন্দন ফুংলগা থক্কনি। ঈশিং কুন্দো গুথা ৭ কা থোংলগা চাবা ফৈ।

থবী মহী তোব্বোত মহী মিশ্রিগা থক্কনি। এনপং মনা হৈক্রেং মনা মিশ্রিগা ফুংকনি। তেলহীদাক মরা কবিরৈ মরা নোংপোক ওনবা উহন মরা তরুগা থোম্বা ফৈ।

হকচাংগী খুকউ তাং চিকপা

যাম্মা অইংবা নংবা, গানুমরুম, অশিনবা, অইংবা পোংচাবা, অনাবা, ধাতুনা নাবা, টাকি নাইতাবা, স্নাহীদাকনচিংবা ম্হ চেনবা পোং চাংদম কাইনা চাখিবা অসিনচিংবা মরমদগী লাইনা অসি নাই।

লাইওং :- লাইনা অসি তাংদা নাগল্লি। চিকই, লাইহৌ খরা খরা তৌই, অদুদগী হকচাং অনাবা অদু নিকপা, নমথিবা হুমাং থোকপা, খোং হাম্বা শুঙবা, কোক চিকপা, ঈশিং যৌরাংবা, চোইরোন লোনবা, লৈ মোংপা অসিনচিংবা লাইওং তৌরকই, অদুদগী চয়োল ২/৩ ফহৌদ্রবদি অনাবা অদু অরিবা ওইরকই।

হিদাক :- মনাই ৩/৫ দং চিনিগা চারগা নিংথৌখোংলি ফুংপা মহি অনংবা অদু শিকি অমগী মরুম থক্কবদি খুকউ তাং চিকপা ফৈ।

খোইহিনে হক্সাম মরু মকুপ্পে লৈশৌগী লৈপাক্রে অসি শগোলহিদাক মহিগা নৈখাইরগা তৈরগা ফিনা পুন্দুনা থক্কবদি চিকপা পোম্বা ফৈ।

শিংখানে, মনাইহিনে, নিংথৌখোংলিনে য়াম্দুনা তোলা অনি ঈশিং সের মখাই অমদা ফুংপনা পৌরা মখাই অমতা লৌদুনা থক্কবদি খুকউ তাং চিকপা খোংপা ফৈ নোংমদা অনিরক থক্কবনি।

চনমনে, শিংখানে, শিঙ্গারৈ তোলা অনি মথকী অসুন্না থক্কবদি ফৈ।

শগোলহীদাক মরু ছটাক মখাই অমা হক্সামথাও পৌরা অহুমদা শুগাইদুনা নুমিৎ ১৭ নি তিংলগা তৈরবদি চিকপা ফৈ।

হকচাং চাওখংপা ফনবা

হিদাক্তি - কোংভৌয়েন খজিং অকংবগা থোংলগা চারবদি নোইখং চাওখংপা ফৈ।

হকচাং চিকপা

হকচাং চিক্কা নাবদি মারোকসি, হাকথিখলবী, ফকফাই, চারাইসাবি, কবোথুম, কেত্ৰু, উসিংসা অসি খেবিক তিলনা তৈও। অউংবসু ফয়ে।

হকচাংদা যান্না চিকখোৎপনা খাংবা ওমদ্রবা মতমদা মখাদা থারিবা হিদাক অসি শিজিন্নগনি। মদুদি – বোস কর্পূব, বোস সিন্দুনর মুদ্রা শঙ্খ, রোস মনি, ক্রিমিডস পুন্মক অসিনা গুলি শেমলগা চাগদবনি। হিদাক খুদিংদা তোলা মান্ননা তিন্নরগা শেমগদবনি। গুলি চারিউঙদা ক্বামানবী ফুংলগা মহী থক্কদবনি।

লাংথ্রৈ মতেন ৭ কী মহী থকউ। মৈতে থুম মৈ ইকপা ৩ লক খাদরগা শিং মহী লোং গুন হাপ্পগা তৌগদবনি।

পানা মনা মহী, লাংথ্রৈ মহী, খোইহী হিদিন ৭ কী ঈশিংগা থকউ।

ফকফাই, অরাফদিগোম, শিং মহী, থাও, মোরোক মশিংখাগা তিন্নরগা তৈয়ু।

চনম, তিলহৌ, অচাথাও, থুম কর্পূরগা নোইগনি।

হৈবী মনা ফুংলগা নত্রগা মাই অমুনবদুগী মহী নোইয়ু কংলা তৈরা তৌগনি।

শিং মহি, তেখাও যাইখু, ওকহিদাক মহী কালৈদা তিন্নবগা থক্কনি।

ওইনম মনা শংত্রৈ মনা ফুংলগা থুম হাপ্পনা থোম্মু।

কেগে মাইগী মতোং ঘীগা তোংলগা থোম্মু থোমদ্রিউ মমাঙদা হান্না খোইহী তৈয়ু।

অরাফদিগোম, শিংগারৈ, ওকহিদাক, শিং, থুম ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু।

লম ইকাইথবী, পেরুক মহী মিশ্রিগা ফুংলগা থকউ। অখাবা মবম ৭ ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু।

হৈফ্রেং, কোক্কল, থুমগা ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু।

হকচাং চিকপা খোৎপা

হকচাং চিকপা খোৎপগী লাইয়েংদি –

পাল, যাইমু, য়েন্দেম অমুবী ফুংলগা হিগা য়ৈগনি। সমোর, কোমোই শিং মকুপ, মনাহি মকুপ চাগনি।

চনম, হাকথিখলবী, তিলহৌ মচা, হিং মরু মরাং খরা ঘীদা ঙৌরগা চাবা ফৈ।

হক্কী ঈশিং, ফকফাই মহী, থুম মৈদা শাহল্লগা তৈয়ু।

উলুমলৈ, থুম, শংত্রৈ ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু।

মৈতে যাইঙঙ, তেখাও যাইখু, হৈক্ৰু মকুপ খোইহীগা চাগনি।

লাই উতোং, সোনালতা, পুংদিংবী মরী ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু।

নোংলৈশং, কেগে মনা, হনুবৈ মনা ফুংলগা হিগা য়ৈনি।

কাংহুমান, ওকহিদাক, তেখাও যাইখু, মৈতে যাইঙঙ ফুংলগা হিগা য়ৈয়ু।

উচিখি ঙৌরগা খোইহিগা চাবা ফৈ।

উরিকশিবি, শিংগারৈ মনা থুমগা ফুংলগা হিগা য়ৈবা ফৈ।

কাকলৈ ফুংলগা উচিখি খোইহী হাপ্পগা থক্কনি।

মনাহি, বহেড়া হৈক্ৰ, চীরাইতা, মৈতৈ য়াইঙঙ, নিম মকু, নিংখৌখোংলি লোল্লগা চিনি অঙাংবগা চাগনি।

তেখাও য়াইখু, শিংখা, শেশ্বাং কাউথুম ফুংলগা হিগা য়ৈমু। হনুলৈ মতেন ৭ কা ঙামুগা থোংলগা চাও।

উচি শুম্বল, শিং মহি, তিনশিবি, গুন, কপূর খোইহিগা চাও।

লম মোরোকী মনা ফুংলগা থাওগা থোমউ।

নুঙ্গারৈ মরুগী মকুপ শঙ্কোম মপাল নত্রগা থাওগা তৈয়ু।

চহুই মকুপ, মনাহি, উচিখি, শেশ্বাং কাউথুম ফুংলগা থকউ। চহুইদি থুমগা থোম্মু ফৈ।

ঈশিং য়েনশাং ঙৌরগা পানা মহিগা খোইহিগা থকউ।

হকচাংদা তীংখং য়ুবা

হকচাংদা তীংখং য়ুরবদি লৌথোকপা ওমদরবদি ওকলাবা ময়া, লাইরেল মরু, য়োং মখাদাঙ অহুম্মা তক্তুনা মখুলদা নমচীলও চোংথোক্কপনে।

হকচাং নুঙাইতবদা

উরোক শুম্বলগী মনাগা ওমু অতেকপগা থেংলগা চাবা ফৈ।

হকচাং ফনবা

জুবাকুশুমগা ওমু অচংবগা থোংদুনা চাও, য়েন অনৌবা চোংবনি হকচাং ফৈ।

হকচাং শাওরবদি

হকচাং শাওরবদি – শুনুনে, চুমথাঙ নমখিবিনে, য়াইঙঙ মহীসুঙ, হৈবুং মহীগা তোংতনা তৈথৌও। ১ দি লিলচৈশুনে, তয়াল অঙাঙবনে শুদুনা থবাজা থোমও। ১ দি উচিসামলনে, উরোক সামলনে, রান্দেংখোইবী লীনাইবনে, কেত্ৰুনে, নোংমৈ তাঙকোইনে অসিবু তোঙনা থবাজা তৈও।

হক্কা তুম্বদি

অনাবনা হক্কা তুম্বদি – ওলসাওবী মক, চান্নায়াসাপী মক তকও। ফারাংচাকী তাক্কাই লৌও, ওকহিদাক মনা মহী ওইও তৈও।

অনাবনা তুম্দ্ৰদি – মুম্চী মরীমাগী লৈপাক, মী অতুম্বগী খুয়াদগী লৈপাক লৌও। লমজাও চাকপগী মৈতান অহুম্ববু হক্কা ঈশিংনা তোৎনা তৈও তুমগদবনে।

হক শাওবা

হক শাওবদি – মোইবুংলৈ ঈশিং য়াফমদা থোমও।

হক্কা শাওবদি – য়োং মহী, থরোই মনুংদগী ঈশিং, রায়খুগী মহী অহুম্বদা নোংমৈ তাক্কাই, কেত্ৰু, যেমান, চুইং তবেৎমা য়ান্দনা তৈও। য়েনপঙ মনা ফুত্ৰুনা থকও। হক্কা চীক্কাবদি – মোবোক, শিংখা, হাকখীখলবী, ফকফাই, চারাইসাবী, কাবথুম, কেত্ৰু, উশিংশা, কাবমুবোকসী অসি থৈবিক তিস্শুনা তৈও অউংবা ফৈয়ে।

হকচাং শিখবা

লাইনা অসিদি – চজিক চাবা, উলনচিংবা অইংবা চাবা, নুমিদাং তুমদবা, লম চংপা, ওবা, ফাইবা, চবা হেনবা, অর্রাবা রাখল, অশাউবা হাযন্ত্রিবা থৌরমশিং অসিগী অহেনবা শাজং অমসুং চারুবদগী ওইবকই।

লাইনা অসিগী মওং – কোক, থজিন, লাইবক নাবা, য়াঙ চিংবা, লোক খুবা, নপ তিন চোবা, হকচাং পংথবা, থোং খুং কোল্লোক কোনশিন ওমদবা, মঙৈ নিকপা, লৈয়েং ফাইবা, হৌগৎপা ওমদবা, হৌগৎলগা চংপদা খান্না ওমদনা পংচং চংপা অসিনচিংবা।

হিদাক্কা – লমখাংগ, রান্না, ওকহীদাক, কেগে মরা, ব্দ্দাশাক মুন্না ফুংলগা থক্কাবদি ফৈ।

বান্না, নিংখৌখোংলি, উচাল, কেগে, ব্দ্দাশাক অমসুং সোদাল, পোংশিং অসিগী অফুংপগী মহিগা, শিং মকুপকা থক্কাবসু ফৈ।

চনম তোলা ১২ তকখাইরগা, শিং, উচিখি, গুনমরিচ, হিং, জীরা, সান্নোর, কালানিমুক, পোংশিং অসি চামচ ২ গী মক্কাগা কেগে মরা ফুংপগী মহি তোলা মখাই অমগা থক্কাবসু ফৈ।

হল শিনবা

উয়ুঙ মহৈবু তকখাযদনা হল মখুলদা হাপও।

হক্কা সৌবা

হক্কা সৌরবাদি – হানুবা খুংলাম মহী, চাৰাই সাবি মহী, চোংখান মহী, উসিংসা ৪ মা যাল্লো, হকসাং অপুস্বা তৈও।

হাওরোংজম লাই

হাওরোংজম লাইপুখৌগী নমিংদি স্না খোং হোংবা কৌয়ে। হায়রিবা অসিদি হাওরোংজম লাইনা অঙাংগী মচীন মরৈ চারবদা অসিনা শোল্লুনা তৌও। হীদাক্তি মখাগী অসিগা অমত্তনে।

কৌজেং নংগী নবুখৌগী মমিংদি স্না যাংবুম তাওবা কৌয়ে। লফুথরো মহীদা খোইহীগা তিন্নদুনা লাইশোল অসি শোল্লগা অঙাংগী মরৈ চাখৎপা পুম্মক ফবনে খংঙো।

হাক্কচবা

তিনকৌই লাইকৌই হাক্কচবাদি – অনানবা মরুবু উতোংদা কামদুনা থাও ওইনা লৌও তৈও ফয়ে।

হাক্কচবা অপাৎপা খৈবিক্তি – লমলেন্দা নুঙশিন্না তক্তুনা তৈও ফয়ে।

হারা থুংবা

হারা থুংবা হায়বসি মপা মমাগী অসিগুস্বা লাইনা তৌরল্লবসু মচা মশুদা লৌনগল্লি, মশা ঈ ফত্তবা, চাক তুমদবা, স্নাহীদাক্কচিংবা মছ চেনবা পোং চাবা অসিনচিংবদগী হারা হায়বসি তৌই।

লাইওং – স্মোর হোনবদা রাইচিনবা, খৌরিদা স্বাই স্বাই লাওনা খেবা, থবাক্তা পুমশিনবগুম তৌবা, লোক খুবদা খুর-খুরগা যাল্লা বানা লোক খর থোক্কাগা খরা ফবগুম তৌবা অসিনচিংবা মওং অসি থাসি থানিন্দা নত্রগা থা অমদা অমুরুক্কা হৌগল্লি।

ঘী অরিবা চহি ৩/৪ শুরবদুগা শিং মহিগা যাল্লরগা থবাক্তা অমসুং খৌরিদা তৈরগা লোক থোক্কাই।

চহি ২/৩ শুরবা চিনি (গুড়) অসিরবা তোলা ১ হক্কমথাও অশেংবা তোলা ১ গা যাল্লদুনা নিতিগী যাচংবদা লেক্কা চারবদি চহি ২/৩ শুরবা হারাসু ফৈ।

নোংমাংথা মনা মহি তোলা ১ উচিথি মচাগী মকুপ চংনিং ১২, যষ্টি মধু মকুপ চংনিং ৬ খোইহিগা নোংমদা অনিরক চারবদি লোকখুবা ফৈ, অমসুং খোং হান্সা শেংই।

মিশ্রিগা খোইহিগা যাল্লদুনা থাংমৈদা শাহল্লগা লেক্কা চারবদি হরাগী হৌবা পোংথাই। অঙাংগী ওইরগা খোইহিগা তুলসি মনা মহিগা কোস্ত্রেং অমরুমদং পিথক্কবসু ফৈ।

শগোলহিদাক অমুবগী মইগা মনাগা কংহন্দুনা মকুপ অদু ঙাফুজা হাপুনা মৈখু অদু চিংশিল্লবসু থবাক ফুনবা খেবা পোথাই।

হারাগী লোক খুবদা নুমিমাং চাক চাবা ফঙে, কবোক অফাবগা শঙ্গোমগা চাবা ফৈ।

হারাগী হিদাক্তি – খোইহিগা হনুবাইলৈ মনাগী মহীগা ২ মা চাং তমদনা তিল্লগা নুমিংনা হুন্দেব্লকপদা কস্তনা পিথকও হারা ঙময়ে।

১ দি কিহোম সংমুন্নবা ১ মমাই শোইতংলগা থুম খারী মপাক অমা হাপও। মৈখাজা য়ান্দুনা থমও, মখলা কায়রক্লগা খরা খরা পিজৌও হারা ঙময়ে।

শুনু মহিদা শাওম মশিংখা য়ান্দুনা থকউ ফৈয়ে।

তীনখাক মরু, উতীন মরু, কৌজেঙ লমতমপী, চিংনাচল ৪ মা ভৌদুনা নশ্মেলদা য়ান্দুনা থকও। লাইসোলদি – হোপবী, উরোকও, উফকও পোকপা লাইও। তীন অনগ্না থৈবিকপু নঙথাখীও। মহোপলেঙ সীদবাও, রাংবরেলগী হীকারম থাবমলুও। কোনয়াই লাতেলদা হাপতনা ঈশিংদা থাকুও। লাইসোলদি – থাপাক থারঙা নংনা খঙলাঙৈগী সরীঙহা তানৌপীবাও হায়না সোলও। হিদাক্তি – খুংসঙনে, নাওসেকলৈনে, হংকাম মারুনে, লাসিং মারুনে, উচালনে, লাফু মতোলনে অসিথৈবিকপু ফু ১ দা হাপুনা ফুতোং ১ দা থিংতুনা লৈয়ু সুংবাকুমনা মাচুম লৌও। মপংদি কানাভৌদুনা কুপনা তক্তুনা উচিখী কবো মুরোকসী, চাইপোল ৩ মা য়ালদুনা চাও। মহীদি খরা খবা চাও।

য়াই ওইরিথৈপীকপু য়ান্দুনা সুও, হংঙোই মশাবু য়ান্দুনা থোমও, শন্দং মশিংখা, ওক মরীলখা অনীমা য়ান্না তরানীদা অমরক অমরক চাও। অদুগা নমমেলগা, কাব মুরোকসী, সিংখা অহুম্মা য়ান্দুনা লশিং মরু মবম তাদুনা অমমম চাও ঈশিং থকফরোই চুহিং থকও ফৈয়ে।

শুনু মহীনে, সাওম মশিংখানে য়ালদুনা থকও। হীদাক অসি থকপদা ঈশিং থিংলবদি মি অহাম্বনে, নাকোং নপথী ২ মা ঈশিংথোঙ মচীন্দা নপও। হংকোক লাইসু ঙময়ে অফবনে।

য়াই হায়রিবা থৈবিকপু হংকামগা য়ালনা থোমও। সন্দংগী মশিংখা সাগী মশিংখা য়ালনা থকহল্লো। কাব মুরোকসি, সিংখা, সাগী মশিংখা, নমমেল য়ালনদুনা লাসিং মরুমরম তাদুনা চাও ফৈয়ে। অসিনা ফংত্রবদি থবাকতদা খরা সামপোকহল্লো। লম মোইবুঙ, হেস্তাক, থুম ৩ মা তকও অদু মতুংদা হীদাক মনা, থুম, খারী, কোক্ল মহী, সিংখা মহী অসি থৈবিক তিলদুনা কেকেমালবী মরু অমতং তকখাইদুনা। চুশ্প্র মনা, কেকে মালবী মরু অদুগা তকখাইদুনা সাগোল হরাই মরু মরম চাওনা তাদুনা য়োংহল্লো অনীরক অহুম্মক তৌও ফৈয়ে।

আকানি মরু পিথকও, মতুংদা লম মুরোকশি মনা সুদুনা মহী পিথকও।

কাইলৈনে, হোপনে, চাইপরনে, কুলনে, কালচিরানে, ফদিখোম পাওখোল, কাবথুম অসি থৈবিকমা কাইলৈনা ভৌদনা কুলী তাদনা চাহল্লো ফবনে।

হিক শিনবা

হিক শিবদি – হিদাক মনা অসংবা, যাই মনা অসংবা অনীমা সুদুনা তৈও।

কোক্তা হিক য়াম্মা লৈরবদি, লৈহাও মনা মহি তৈরগা ফবনি।

পানা মনা মহিগা, শগোলহিদাক মনাগী মহিগা কর্পূর খরা হাপ্পগা নোইদুনা তৈম্মু হিক শিবনি।

লৈহাও মনা মহি তোলা ৮ গা কেরোসিন শিকি অমগী মরুমগা তিন্নদুনা তৈরবদি হিক শি।

লৈহাও অশাংপা লৈগী মহি তৈরবসু হিক শি।

শগোলহীদাক মনা নত্রগা পানা মনাগী মহিগা কর্পূরগা য়াম্মদুনা কোক্তা তৈরবদি হিক লোইনা শি।

লৈহাও লৈগী মনাগী মহি কোক্তা তৈরগা হিকশি।

কর্পূর মকুপ খরা কোক্তা তৈরবদি হিক শি।

হিদাক অকনবা চাখিবগী মছদি

শুন্মু মহীগী ঈরুনে, হঙ্গাম থাওনে, ঈশিং লাংথ্রে মহীনে, চাং মাম্মনা লৌরগা চম্প্রা মহীদা তিন্নগা তরেংনি থকউ।

হিংচাবী ফাবা

অসীবা নংনা সীজিলও, সজিক নংনা চিংচিল্লকও, থবানা পাইজিল্লকও। অনা নখোই ও মাদি নাও নাওরানে, খোইনৌ রানে খোইনৌ রানে কোল কোল চেংবী কৌবী, মানু কৌবী, মোলসামবী কৌবী, চিরিকরাং কৌবী, মুককসা কৌবী, কামে কৌবী, ফামাল কৌবী, হিংচাবী ফাবা রানে।

হুইকঙ লাই

হুইকঙ লাইগী হিদাক্তি – হুইকঙগী খৌরীবু মৈদা ইজুনা মীশি মকুনে, ওকহিদাক, পানাখাঙবা উরী, উসীংসা অসি খৈবিকপু নুঙদা তজুনা য়েম্মখংনা মহী ওইও, তাংঙ্গোই অদুগা তৈও। অদুগা হৈবী মনা, লায়োন, লীলজামহৈ মনা অহম্মা ফুংও অদুগা তজুনা থোমও লমলেন তৈয়ো ফৈয়ে।

হৈজুবু মৈদা লৌদুনা নুঙসীনগা তোৎনদনা থোমও। অমদি ক্বা অমা পানা শুন্মু অদুগী মতীক হাপও থোমও।

হুইকঙ খৌরী ইকও, মীশি মকু, ওকহিদাক, পালনা খাঙবা উরী, উসিংসা, উপোম, ৫ মা তজুনা য়েম্মখংমহীনা তোৎও। হৈবী মনা, লিলচামহৈ, লায়োন ও মা ফুজুনা তৈবা মথক্তা থোমও।

হুইকঙ লাইদা হারাই তেবি মরা তক্তনা তৈও।

লাইরেল মাসিংখানে, উসিংসানে, অনিমা তক্তনা তৈও ফবনে। হিদাক ১ দি – য়েৰুম মমুৎনে, বোংমাপালনে অনিমা তোংনদনা থোমও হুইকঙ লাই ফবনে।

হুইকঙ লাই ফবা অমদি – থাউমৈ তাঙকোইনে, তিলনে তৈয়ো।

হুইকঙ লাইদি হুইদা চাক থোংদুনা পিজৌ নংগী লাইনানি পুখরো হায়না খুকুমও।

হুইনা চীকপা

হুইনা চীকপদি – মাইরেল অখাবা মোরোক সুদুনা ঈশিংদা তিঙও ফিদা চুমও ঈশিং ওইনৌও। মপংদি হীদাক তুকতা অকংবা, য়েন্নখং অহুম্মা নোইখায়দুনা য়াখুন্দা থোমও। তৈনবদি মাকে, চুহী অনীমা ঠৌদুনা মথক লমদগী তৈথাও ফৈয়ে।

মাইবেল অখাবা, মোরোক সুদুনা ঈশিংদা তিঙও, ফিদা চুমও, ঈশিংদি থকও। মাইবেলদি হিদাক তুকতাগা য়েন্নখংকা ও মা তক্তুনা য়াখুলদা থোমও। মাকেনা মথক লমদা তৈও ফয়ে।

মাইরেল অখাবা, মোরোক সুদুনা মহী য়াখুলদা থোমও মকেনা মথক্তা থোমও।

য়াও মতুগী তাঙ্গোইগা চেংহিগা নৈখাইদুনা ২/৩ লক পিথক্কগা ফৈ।

শগোলহিদাক অমুবগা নত্রগা অঙ্গোং মরাগা শঙ্গোম অনৌবগা ফুৎতুনা পিথক্কবসু ফৈ।

অচিকপা মফমদা অরাথবী মইহে অনৌবা মথোমগা লোইননা শুগাইদুনা থোল্লগা ফৈ।

অচিকপা মফমদা মৈতৈ থুম থোমজিল্লবসু ফৈ।

অরাথবী মৈদা লুসু লুসু শাহল্লগা হুইনা চীকপগী য়াখুলদা হিগা য়ৈবগুম নমউ। অরাথবী অমনা মকু থোল্লগা মশুং অমনা অনি পীজৌ। পীজবা লোইরগা লৈনুংদা চংপা অরাথবী মরা হুই অমা শাংবা অমা কুপ্পা শুগাইবগা চীকফমদা থোল্লগা ফিদা য়েংশিল্লু। মাসি নুমিং মঙা তরুক্কি তৌবীয়ু। অরাথবীদি নোংমগী অয়ুক্তা মশুং অমা নুংখিলদা মশুং অহুম থা অমা চাহল্লবদি ফৈ।

উতংগী রানৌ শুগাইরগা হুইনা চীকপা মফমদা থোল্লবসু হু চমই।

কাকয়েন খুজিন লাবগী মনা থুম নত্রগা ঘীগা শুগায়রগা থোমগনি। কুম মনা থোমগনি। চেংফুদগী চেং মক তরুক্ক শুগায়রগা নপশিনগনি। চান্দী ময়েক নপকনি। অরাথবী মচা য়াল্লা পিজগনি। উতং মনা নত্রগা উশোয় ফুৎপগী মহী পিথক্কনি। লফু মহী পিথক্কনি।

হুই য়েলথক

হুই য়েলথক্তি – য়েল অথকপা, হুই অথকপা অনীমাবু অমমম পোলদা সুমও। কোনয়াই পুমা য়েৰুম

অমমম, হৈরুক অমমম, ফিরাল অমমম, থাওমৈ অমমম থালবিও খুকমহালও। তাওপারোল, য়েললোল অনীমা শোলও। হুইসুঙ য়েনসুঙ লম অচীকপদা হল্পক্লোইদবা মফমদা থাথোকলুও। অদুগা ঈশিং মনুংদগী ঙা অচঙবা ফাও। হৈ মরম ৭ লৈ মরম ৭ চেংঙৌ য়েকুম থাও, ঙাসুঙ পোৎখৈবিকসুঙ ঈশিং ঈরোঙদা থাদরমলুও। সারোয় খৈবিক নাকথদা চাক থোংও লমশা য়াওও য়েল্লম ৭ শেমও, মংফমদা সারোয়বু পিজৌও ফবনে।

হমাং থোক্তবা

হমাং থোক্তবদি – য়েল্লখংপু মৈদা লোনও, মহী অদুদা থুম অচুম্বা হংকাম থাওনে ও মা তিল্লো। হকসাং অপুম্বা তৈও হমাং থোকপনে।

হেনমম্বা চাবা নত্রগা য়েনমৌনবা

হিদাক্তি – শুনু য়াম্বা চামন্দুনা পুত্তা করিঙম্বা বেরা তৌরবদি চম্প্রা মহি নত্রগা অশিনবা পিজরগা ফৈ।

অশিনবা পোৎ নত্রগা উংতি য়াওবা পোৎ চাদুনা হকচাং বেরা তৌরক্লবদি য়েকুম অহিংবা নত্রগা শঙ্কোম অনৌবা পিথক্লগা ফগনি।

কেরোসিন থাও, আফিং, শংগোলহীদাক চাদুনা হকচাংদা বেরা তৌরক্লবদি থুম চামচ অমরুম হায়বদি খুবী মরুম খরা হেরা ঈশিং অশাবা গ্লাস অমদা নৈখাইরগা পিথক্লুনা খুদক অদুমক্তদা ওহনবা ফৈ। মিনিট ৫ গী মনুংদা ওদ্রবদি অমুকসু অসুমতৌনা পিথক্লদবনি।

ঙারিনচিংবা ঙা অপুম অশা শঙ্কোম অফম্বা অরিবা পোৎ চাদুনা হকচাং নুঙাইত্রবদি কেগে থাওগী জোলাপ চাদুনা থি ফাইদোকপা য়াম্বা ফৈ।

ওল অমসুং হোঙু চাদুনা লেংলবদি মঞ্চে চাবা ফৈ।

থৈবোং চাদুনা পুক নারগা লফোই চাগদবনি।

লফোই চাদুনা হকচাং নুঙাইত্রগা ঘী খরা চারগা ফৈ।

ঘী চাদুনা হকচাং নুঙাইত্রগা চম্প্রা মহি তোলা অমরুম থক্লগা ফৈ।

যুবি চাদুনা নুঙাইত্রগা চেং খরা শাইদুনা চারগা ফৈ।

হেনৌ চাদুনা নুঙাইত্রগা শঙ্কোম অনৌবা পৌরা মখাই অমতং থক্লগা ফৈ।

শঙ্কোম অনৌবা য়াম্বা চাদুনা নুঙাইত্রগা মনাই অমতং চিকতুনা চারগা ফৈ।

চেংপাক চাদুনা হকচাং নুঙাইত্রগা মনাই অমতং চিকতুনা চারগা ফৈ নত্রগা উচিথি মকুপ হোপ মকুপকা তোলা মখাই অমতং চারবদি ফৈ।

খেচরি চাদুনা পুক নুঙাইত্রবদি থুম শিকিগী মরুম চারগা থুনা তুমই। শঙ্কোম ক্ষীর চাদুনা হকচাং নুঙাইত্রবদি মুগ হরাই তোলা অমতং শাইদুনা চারগা ফৈ।

ঙা যান্না চামন্দুনা নুঙাইত্রগা হৈনৌ অশংবা খরা চারগা ফৈ।

হৈ চারুবগী য়েনমৌনবা

ভুবতি মনানে, এনপং মনা তরেৎনে চিনিগা তিন্নদুনা শুরগা খুবিমুক চাওনা তারগা নোংমদা অহম্মক চাও। কংনা ফৌরগা থম্বসু য়াই।

হৈ মছ হাৎপা

ঙাখা মকোক ৭ তং মৈদা কাহল্লগা হৈগা তোভুনা চাবা ফৈ।

য়াইরোঙ

য়াইরোঙগী হিদাক্তি – হংঙেই মশিংখাদা নোংমৈ শীংজং তকশিলঙ। লাইসোলদি – ইপুলখক সো হায়না শোলও ফৈয়ে।

য়া চাফৎপা

য়া চাফৎপদি – হিদাক তুকতা, চুহী অসাবনে, ইরিকসীবী, মাল্লাচেং মপাল, কেত্রু, মুথ্রবী, পানাখাংবা উরী, কাবথুম অসি তক্তুনা থোমও ফৈয়ে।

য়া চীকপা

য়া চীকপদি – থাংজ নুমিত্তা থুবা য়েয়ুম অনিবু লৌও, অমদি খুয়াদা মমিং কৌনা য়ৈখায়ও, অমদি লুখুমদা য়ৈখায়ও। য়ৈখায়বা অনীমা লৌদুনা নুমিং থোয়্লকপদা চীনফু মাইতাহলও ফৈয়ে।

হিং, কপূর, মোয়োক মশিংখা ৭, উরিকশিবী মতোল ৭, মুকথ্রবী মনা য়াওনা শুগাইরগা য়া চীকপা মফমদা থোম্বু।

য়া নাবা

য়াদ তিল চংবা, চাবা তুম্বগী থবজ্ঞা বেরা তৌবা, হকচাং রাইশংদ্রিঙৈদা নিংথম্বা নংবা, সনা হিদাক্লচিংবা নিয়ম কাইনা চাখিবা অসিনচিংবা মরমদগী য়া নাই।

হিদাক – হিং শাহন্দুনা যাদা হাপ্পবদি তিন চংবা ফৈ। বোকুলগী মকু শাইরগা যা কল্লি, নত্রগা মকু অদু ফুংলগা চিন তেংলবদি যা নোম্বা ফৈ।

নিতিগী শিংখা মকুপ্পা যা তরুবদি যা নাবা পুন্নমক ফৈ।

লোং মপালগী থাও নত্রগা দারুচিনিগী থাও (দুকান্দা ফংই) যা চিকপা মফমদা তৈরবদি ফৈ। অসি ফংদরগা লোং মপাল মকুপ হাপ্পবসু ফৈ।

চনম, হিং অমসুং অঙ্গোং মখোম য়ান্নরগা যাখোংদা তৈরবদি নাবা ফৈ তিন শি। মঙ্গৈ মনা থুমগা তক্তুনা তৈরবদি ঙাইহাতি থুপই য়ান্না ফৈ।

যা য়ান্না চিকুনা পোয়লবদি – কুন্দো অঙৌবা মনা ৭ নুংশা হোন্দনা হেঙ্কগা শুগাইরগা নপউ ফবনি। ১ দি – যা নাদুনা চিকুবদি উচাল কুপ্পা য়ান্নুনা ফুংলগা থুম খরা থাকউ অদুগী চীন তেংউ, উমদুনা মতম খরা থন্মু চিকপা ফবনি।

কফোই মনা শুগাইরগা থোম্বসু ফৈ।

যা নাবগী হিদাক্তি – লোইয়ুমলৈ মকু হঙ্গৎনা খোজুনা শুগাইরগা নারিবা যা অদুদা নপউ নাবা ফবনি।

বোকুলগী মকু ফুংলগা নত্রগা মকুপ শিকি ১ গী মরুম শিজিন্নরবদি যা নাবা ফৈ।

যাদা চিকপা নাবা তৌরবদি হৈগ্রগা মৈতৈ থুমগা শুগাইদুনা মফম অদুদা উমলবসু ফৈ।

উচিথি মকুপ তোলা মখাই অমা, ঘী তোলা অমা, খোইহি তোলা অনি হায়রিবশিং অসি তিন্নরগা যাদা শিৎলবসু ফৈ।

শিং অকংবগী মকুপ, উচিথি মকুপ, গুনমরিচ মকুপ, চোংখার মচং মকুপ, পোংশিং অসি চপ মান্ননা খোইহিদা নৈখাইরগা যাদা শিৎলবদি যা নাবা ফৈ।

জাতি মনা, মদন মকু, খদির, উয়ুম, যষ্টি মধু, হঙ্গামথাওদা ভৌরগা যা নাবা মফম অদুদা তৈবিয়ু ফবনি।

খোইহি, উচিথি মকুপ, ঘীগা তিন্নরগা যা মনুংদা তৈবিরবদি যা চিকপা ফবনি। য়াগী ফন্তবা কাদবনি।

শিংখা অকংবা, মনাই, চুমথাং নমথিবি, খদির, কর্পূর, ঘা মৈ থাবা, গোলমরিচ, লোং মপাল পুন্নমক তোলা মান্ননা তকখাইমিন্নরগা। ফুলখরী মকুপকা তিন্নদুনা নুমিং খুদিংগী যাদা শিজিন্নরবদি, য়াগী লাইনা পুন্নমক থুনা ফবনি। য়াগী ফন্তবা কাদবনি, স্বর নমথিদবনি।

যা নাবদি – অরা কেগে মকু কুপ্তুনা উমদুনা তেংথোকউ ফৈ।

হিদাক মনা অয়াকপনে, উরিকশিবি মনানে কংহন্দুনা কুপ্পা লৌরগা চুই অফবগা তোত্তুনা থোম্বা যা নাবা থুনা ফৈ।

যা নাবদি – কেফ্রু, কবোথুম, মুকুপ্পী মৈদা ভৌরগা লম মোরোক মপালগা তেংলগা যাখোংদা হাপ্পা ফৈ।

হঙ্গামথাও অশেংবা মৈদা শাহল্লগা থুমগা য়ান্নদুনা শিৎলবদি যা নাবা ফৈ।

ঈরাং হিং তোংলগা মৈদা শাহল্লগা যাদা নপুনা থোল্লবদি যা তীন চংবা ফৈ।

ঘী অমসুং খোইহীগা লোয়ননা উচিথি মকুপ তোড়ুনা নৈরগা চীন্দা উমদুনা থোল্লবদি যা নাবা ফৈ।

যুবী মকুগী উৎ, মৈতৈ থুম চাং মান্না কুপ্তা তকথায়রগা নুমিৎ খুদিংগী যাদা শিংতুনা শিজিন্নরবদি যা নাবা ফৈ। য়াগী লায়নাসু লৈররোই। মেত্রুক যাদা শিংতুনা শিজিন্নরবসু যা নাবা ফৈ।

য়া নাদুনা য়ারি চাথোকপা

য়া নাদুনা য়ারী চাথোক্লবদি – লোইয়ুম লৈ লৈপাজা হৌদবা অদুগী মনা হেঙ্কগা ফুড়ুনা মহী অদুনা চীন তেংউ শারিউদা। অদুগা নোংগাংহৈ মকু অদু কুপ্তা ফিদা নিরুগা যাংখোংদা থুংনবা নপশিল্লু, যা নোন্না ফবনি য়ারীসু চোংখংপনি।

য়া নাদনবা

ঙামু লৈরৌ অকেম্বনে, গুরা অপুন্নে অসি সুদুনা থোম্মো অদুগা তুম্মো য়ারী শৌয়ে, তীন শিয়ে, নোন্সু ফেয়ে। সিং মনৌ অদু মৈদা লৌদুনা চিকও।

য়াইরোং

থেংবা খোংপা য়ৈবনচিংবা মরম অয়াস্বদগী ঈ ফত্রগা য়াইরোং থুংই।

হিদাক :-

য়াইরোং থুংবা হৌরকপদা শগোলহিদাকী লেম্বুকা থুমগা তড়ুনা লুন্সু লুন্সু শানা তৈরবদি য়াইরোং হঞ্জিল্লি।

হঙ্কাম মূলাগী মরু, থোইদিং অমুবা, হঙ্কাম মরু অসি তড়ুনা তৈরগা য়াইরোং থুনা মুল্লি।

চিনি অঙৌবগা সাবোনগা য়ান্নদুনা ফিজ়েংতা তৈরগা থোল্লবদি য়াইরোং থুনা মুল্লি।

শঙ্কোম অফস্বা মতুমগা থুমগা তড়ুনা তৈরবদি য়াইরোং নোংমদা মুল্লি।

শঙ্কোম অফস্বা মতুমগা মোয়দাগা তোংলগা লুন্সু লুন্সু শাহল্লগা য়াইরোংদা থোল্লবদি নোংমদা মুল্লি।

লিন মকুগী উৎকা হঙ্কামথাওগা য়ান্নদুনা থোল্লবদি য়াইরোং থুনা পোকখাই।

শামু ময়া নত্রগা শলগী ময়া ঈশিংগা তড়ুনা য়াইরোং মচিন্দা লিল্লা ২/৩ দং হাপ্পবদি থুনা পোকখাই।

থান্গউবি তড়ুনা তৈরবদি নাই থোকই।

য়াঙলম চিংবা

য়াঙলম চিংবদি — ইরোই ময়া লাই মসিংখা, কাথবী মরা, অয়াঙলৈ মরা, কেত্রু যাওনা তজুনা খুয়াদা থমোইদা যাঙ লুসম ফাওনা তৈও ফৈয়ে।

য়াদা তীল চঙবা

য়াদা তীল চঙবদি হিদাক তুকতা অয়াকপা চুইগা কুপ্লা তজুনা হাপও। তেংথোকপদি ঈশিং অরুবনা থুম হাপও তেংও। য়াফম লংবদি — লায়ু থরো মতৌল সোইথোকও। মই অদুনা য়াফম কোয়না তৈও।

য়া নাবা হঞ্জিন্নবা

য়া নাবা হঞ্জিন্নবদি — কেত্রু মহাও, কাবথুম, মুগ্ধবী অনীমদি মৈদা ভৌদুনা তকখায়ও। মান্নাচারেঙ মাপাল, চাহিং মঙামা য়ান্না তোভুনা য়াখোঙদা থোমও ফৈয়ে।

য়াফম তাওবা

য়াফম তাওরবদি — সনা খোংনাং মনা ৭ নে লাফেই চমপাল মইগা পিথকও ফৈয়ে।

য়াফম সৌবা

য়াফম সৌরবদি — সাগোন হরাইনে, কাব মরোকসিনে, পুইমালবীনে, মুগ্ধবীনে ৪ মা অসিনা য়াফমদা থোমও।

য়াফম চাইবা

য়াফম চাইরবদি — উরী অচঙবা, লাইরেল মসিংখা, ঈশিং ঈরৈহলচীলবা, নোংলৈগী নাপী মৈদা ইজুনা তানকোই হাপও। চুই পুজা পুমনা তৈও ফৈয়ে।

য়াফম মরু লুকপা

য়াফম মরু লুকুবদি — চুঙৌ মই, অসী সামন মই, মীসিনে, যোংনে অসাইগী অদুনা মই ওইও তকও। লৈপাকলৈ মরানে, হামুকনে য়াফমদা থোমও ফৈয়ে।

য়ারাই

য়ারাইদি – হৈবুংনে, চাহিংনে, ওইনল্লে অহম্মা লায়োন্দা য়োমও। স্নাহীদাক, খাংখা, হংকাম থাও অহিংবা ঙৌদনা উমও। য়োংকুনো ওথোকথোকও য়ীঙোন্দা তাক্কুনো। খুংনা সোঙ্কুনো য়াসু থীলকুনো মতীন সিবনে।

য়ারাইনা মফম অমতদা পোমদুনা নাবা চিকপা তৌরবাদি – কেত্ৰু মনপ, কর্পুর, হঙ্গামথাও, থুম ৪ অসি তিন্নরগা, লশিংদা হাপ্পগা, য়ারোমদা লৈ অমসুং ঙৌপাজা হীদাক য়াওবা লশিংদুন থমউ ফবনে।

য়া অপুস্তা থুংনবা নারবাদি – মুকপ্ত্রী, য়েলখং, গুন মরু, থুম অসি মুন্না ফুংলগা শারিঙৈদা চিন তেংউ ফবনি।

য়া নাবদা কেগেগী উংকা মৈতৈ থুমগা তকখাইরগা নিতিগী য়াদ শিংলু য়ারাই ফবনি।

য়ুমখাইবা লাই

য়ুমখাইবা লাইদা – চিং হৈক্ৰু মরা, ঈশিং য়েনশাং, মাকে, মোরোক মরু ৭ হাপও। তকখায়ও তৈও ফৈয়ে।

য়েকপা

ধাতুনা য়েকপগী হিদাক – কালানিমুক, কবোখজি, হেরাগোষ, গঞ্জা, অফিং, নুংশিল অঙৌবা, হিংনে গুলি তাদুনা পিজৌ।

য়েন চোংখংনবা

তেরা মচা অনৌবগী মরাগা, চিনি অঙৌবগা শুগাইদুনা তরেংনি চারবসু ফৈ।

তেরা অরিবগী মরা ফুংলগা চিনিগা নুমিং তরেংনি থক্কবসু ফৈ।

নুংগারৈ মনা, শঙ্গোম অনৌবা, চিনিগা ফুংলগা থকলবসু ফৈ।

শগোল হরাই ঘীদা ঙৌরগা শঙ্গোম অনৌবদা ফুংলগা চিনিগা চারবসু য়াম্মা ফৈ।

য়েনবীনীং

য়েনবীনীংগী হিদাক হায়গে – চংবী লফোই মকুগী উংকা শুনুগা কংলা তৈরা তৌও ফৈয়ে।

য়েনমৌনবা

য়েনমৌনবদি – অসী সামন মহী, সীঙুংয়েন মহী অনীমা থকহল্লো। চাদনা তনপুমহৌ, থক্তনা যুচাও কাবী, হায় ইচা লাংমৈ চনু, হীংনীং চানা হীংনীংবী, হীংনীংসো হায়না সোলও।

য়েনখুমিৎ থুংবা

হিদাক :- খোইহিগা গোলমরিচকা তক্তুনা মিত্তা তৈরবদি য়েনখুমিৎ থুংবা ফৈ।

নুমিৎ ৩/৪ নিদং যাচংবদা পানমনা মহি লিক্লা ২/৩ দং হাপ্পগা ঙাইহাক লৈরগা ঈশিং অইংবনা চামথোক্লবদি য়েনখুমিৎ থুংবা ফৈ।

খুয়াগা খুবাক্কা, লরাই লেম্ফুগা যাচংবদা শলগী ঘী তৈরবদি নুমিৎ ২/৩ নিদা য়েনখুমিৎ থুংবা ফৈ।

য়েনখুমিৎনা নাবদি – তুলসী মনা ৭ কা ঙামু মশিংখাগা তিলদুনা তৈও।

তোক্বোং শঙ্কোমগা থোংদুনা চাবা ফৈ। য়েকম মমুৎকা খোইহিগা লোংপাল, যাতি যাইফরগী মকুপকা থকপা কান্নৈ।

য়োং লাই

য়োং লাইদি – যোংনা নমনা সোলও। লাইসোলদি – খল্লাংবা যোংপোকপা, যোংপু চাকেম সাইপাকুম সাইপাও। নুংবু শুনু তুল্লগুম তুল্লা-ও ওঁম সেং। হায়না যা চিক্লা সোলও। হিদাক্তি – সন্দং মসিংখা, লাইবেল মসিংখা নোংমৈ তাঙকোই ৩ মা তৈও ফয়ে।

য়োংলাই অপাইবদি – তাংখুল হীদাকনে, মহরানে তক্তুনা তৈও। লাইসোলদি – খোয়নৌ মীরাংকাতাপাও, লাংচেং মীক থেংতলতাপাও, মীকপলাক কাতাপাও, মীখুচেং তলতাপাও, বারক নীংনাং অপিচাও সোলও। চাপাললোলসুঙ সোলও। নোংলৈমা মখুতোলনে, হাওনু চারোইনুনে, মৈনা নোংসানা খলনা লৈয়ে। থুম ১, সেল ১, খাঙলানা যোমও, লমলৈমদা থাও। যোং লাই মারুপাল্লবদি নাইচারবদি – হাওচক নমথীবী মহী সুমসিলও। ওকসাথাওগা মোরোকমালবী মহী সুমসিলও। চাপালদি – সা অপুমবা, ঙা অপুমবা থানফমদা থাও। লাইসোলদি – সোংলেল লালথাবও হায়না সোলও।

য়োংনা থাংনা শোকপা

খংহৌদনা যোংনা থাংনা খরা শোক্লবদি ফিংগৎপা ফত্তে। মিনিট ১/২ দং লৈরগসু মথল্লা ঈ খকচখি। অক্কা ফি মচেৎনা মিনিট ২/৩ দং কন্না পায়দুনা থম্বসু ঈ খকপা যাই। যান্না ইংবা ঈশিং নত্রগা অশাবা

ঈশিং হৈরবসু ঈ খকপা যাই। ঈ য়ায়া হাথরবদি শোকপা মফম অদু অমোনবা ফিজেনা কন্না নমদুনা থম্মগা অফবা ডাক্তরনচিংবা থুনা কৌগদবনি। থোং খুত্তা শোক্লবদি শোকপা মফম অদুগী খরা মথক্তা ঙাইহাক্কীদমক লংশুংনা কন্না কিদুনা থমগদবনি।

হিদাক্তি — খুজুম পেরে মনাগী মহি শোকপা মফমদা নত্রগা তেংনৌ মখোম থোম্মবদি ঈ থোকপা ফৈ।

চিল, শৌজথোংনচিংবা হকচাংগী করিগুম্বা থোংদা নত্রগা শোকপা মফমদা ঈ হাথরবদি খুনুমথি অকংবা মকুপ চংনিং অনিরুমদং খোইহি খরগা পিজরবদি য়ায়াফৈ। হিদাক অসি নোংমদা ২/৩ লক পিজগদবনি।

কেগে থাও ফিচেং অমদা চোংহল্লগা মৈ থাদুনা উং লৌরগা উং অদু অশোকপা মফমদা হাপ্পবদি থুনা তাইশিল্লি।

রাগী মনুংদা রাগী ঈশিংনা ফমজিল্দুনা শুনুগুম্বা পোং অমা লৈ মাদু বাঁশ লোচন কৌই, মাদুগী মকুপ অদু খরা হাপ্পবসু থুনা তাইশিল্লি।

হোংঙু মকাগী মহি লৌরগা লশিংদা চোংহল্দুনা থোম্মবদি ঈ খকই অমসুং পুমথদে।

য়োংলাই থাঙলাই

য়োংলাই থাঙলাইদি — খম্মাংবা যোংপোকপা যোংপু চগেম সাইবগুম সাইবা, নুঙবু থুম তুপ্পগুম তুপ্পা, সেং কাইও, যানা চিক্লা সোল্লো। সন্দংগী, লাইগী মশিংখা, নোংমৈ তাঙকোই ৩ মা তৈও ফৈয়ে।

য়োং লাইদি — ক্রাকথবী মরা, চামেল অহিংবা অনীমা চাং তমদুনা তৈও।

য়োংলাই থাঙলাইদি — যোং অনী খিক্তনা খম্মাংবা যোংপোকপা তোংকুপলং কেরেক হায়না শোলও। য়া চিক্লা শোলও। নোংমৈ হিদাক, শন্দং মশিংখা, লাইরেন মশিংখা অলুম্মা তৈও ফৈয়ে।



তাম্রজথিবা লাইরিকশিং

লাইরিক মমিংশিং

অইবা অমসুং ফোঙবশিং

- | | |
|--|--|
| ১। লৈথক লৈখারোন | - ডাঃ শ্রী ভাগ্য সিংহ য়েংখোইবা ফোঙবা - ১৯৮৮ |
| ২। যাবীরোক | - নাওরেম অমুয়াইমা সিংহ পণ্ডিত অচৌবা ফোঙবা - ১৯৮১ ইং, ডিসেম্বর |
| ৩। খুনং ইরাংলোন | - নাওরেম অমুয়াইমা সিংহ পণ্ডিত অচৌবা ফোঙবা - ১৯৮০ মার্চ ১৭ |
| ৪। বাচেৎলোন | - নাওরেম অমুয়াইমা সিংহ পণ্ডিত অচৌবা ফোঙবা - ২৫/৮/৯১ ইং |
| ৫। য়েনলোন-য়েলহেন | খুলেম চন্দ্রশেখর সিংহ পণ্ডিত ফোঙবা ২০/৪/৯৮ |
| ৬। লাই হরাউবা লাইশোল | - খুলেম চন্দ্রশেখর সিংহ পণ্ডিত ফোঙবা ২৯/১/৮২ |
| ৭। ঈরাং খৌনিরোন | - ময়াংলন্থম গৌরচন্দ্র ফোঙবা ১৯৮৮ |
| ৮। অরিবা মৈতৈগী শৈখা | - ময়াংলন্থম গৌরচন্দ্র ফোঙবা ১৯৮১ |
| ৯। ঈরাং লাইশোল | - খুলেম চন্দ্রশেখর সিংহ ফোঙবা ৬/১১/১৯৮৪ |
| ১০। পুজা অমসুং ঈরাং খৌনি
অনিঙুবা শরুক | - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী) ফোঙবা ২/১/৯৬ |
| ১১। অয়েংপা লাই খুরুম্বা | - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী) ফোঙবা ১৩/৫/৯৬ |
| ১২। ঝৈয়ামগী লাইরোন | - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী) ফোঙবা ১/৮/৯৪ |
| ১৩। হকচাং চিক-খোংপগী লাইয়েং | - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী) ফোঙবা ১/১/২০০১ |
| ১৪। উশিল্লোন | - এল, মংলেম মৈতৈ, ফোঙবা ২০০১ |
| ১৫। অমাই লাইনিং-খুদা পুজিরোল | - কালা মোইরাংচা, ফোঙবা জানুয়ারি ১৯৮৮ |
| ১৬। মীছন কাংলোন অসুবা মাইবগী
লাইয়েং লাইরিক | - ময়াংলন্থম কিরন কুমার মঙাংচা, ফোঙবা ২০০৩ |
| ১৭। পোংখৌরোন খুনথোঙ | - খুংইদা লৈবা |
| ১৮। লাইশোন তীনশোন | - খুংইদা লৈবা |

- ১৯। অহানবা লাইয়েং - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী), ফোঙবা ১/৮/৯৭
- ২০। তিল্লম লাইরম থৈদোকপা - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী), ফোঙবা ১৬/১১/৯৮
- ২১। পোৎশেম যাদু য়েনবা - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী), ফোঙবা ৫/৯/২০০২
- ২২। ঈশিং পুকচংপগী হিদাক - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী), ফোঙবা ২১/৯/০১
- ২৩। পেং চোইবগী লাইয়েং - মাইবম নন্দো সিংহ (ইবোবী), ফোঙবা ১০/১১/৯৮
- ২৪। খংজিনবদা কান্নবা হকসেন - রাজকুমার জিলাম্মা সিংহ, এণ্টোলোজর
কাঙলোন (য়েক্লবা ঙাক্লবা পান্নৈ মরিশুবা শরুক)
- ২৫। য়েক্লবা ঙাক্লবা পামবৈ - রাজকুমার জিলাম্মা সিংহ, এণ্টোলোজর, ৬/৪/৮১
(অহানবা শরুক)
- ২৬। খংবদা কান্নবা অহানবা শরুক - মোইরাংথেম থন্মালজাও সিংহ, ফোঙবা ৩০/৭/৯৮
(য়েক্লবা ঙাক্লবা পান্নৈ মঙাশুবা শরুক)
- ২৭। উইহে অমদি মনা মশিংনা - বাই:এম: কোরশান্তাবী (এণ্টোলোজর), ১৬/৭/৯১
লায়য়েংবা
- ২৮। অমাইবা - শ্রী অমুবা সিংহ, য়ুম্মাম লৈকাই, ইম্ফাল, ১৯৬০
- ২৯। মনিপুর মাইবা (অহানবা শরুক) - শ্রী হুইদ্রোম নীলবীর সিংহ, ১৯৬১
- ৩০। মনিপুর মাইবা (অনিশুবা শরুক) - শ্রী হুইদ্রোম নীলবীর সিংহ, ১৯৬১
- ৩১। মনিপুর মাইবা - কৈশাম বিরচান্দ সিংহ, ২০০২
- ৩২। কংলৈপাক্কী হিদাক পান্নী - গনেন্স খুমন, ফোঙবা ১৯৯৫
(অহানবা শরুক)
- ৩৩। হৈ-লৈ অমসুং মনা-মশিক্কী - এল: এস: কুমার, ফোঙবা ১৬/১২/৯৭
লায়য়েং লাইরিক অমদি য়ুমগী হিদাক ঝাউ
- ৩৪। য়ুমগী লায়়েং লাইরিক - ডা: মুতুম সুরঞ্জোয়, সেপ্তেম্বর ১৯৯০
(অনিশুবা শরুক)
- ৩৫। চিঞ্জাক (অনিশুবা শরুক) - যোগেন্দ্রজিৎ সিংহ, ২শুবা নম্বা ১৯৫১
- ৩৬। আরোগ্য (য়ুমগী লাইয়েং অঙ্ক - সম্পাদক-শ্রী যোগেন্দ্রজিৎ সিংহ, জুন-জুলাই, ১৯৬১
অহানবা শরুক)

- ৩৭। যুমগী লাইয়েং লাইরিক - শ্রী সাগপম নন্দকুমার সিংহ, ১৯৬৫
- ৩৮। হক-শেল - কাংলোন - হুয়াইবম শ্রী নবদ্বীপচন্দ্র সিংহ, ১৯৩৪
- ৩৯। পুজিরোল শিদহিদাক - লাইশ্রম বেলমনি মীতৈ, ১৯৭২
- ৪০। শিদহিদাক - যোগেন্দ্রজিৎ সিংহ
- ৪১। মনিপুর আয়ুৰ্বেদিক পত্রিকা - সম্পাদক - শ্রী লাইশ্রম কীর্ত্তি সিংহ
শ্রী নবদ্বীপচন্দ্র শৰ্ম্ম
শ্রী তেলেম যোগেন্দ্রজিৎ সিংহ
- ৪২। মলয়া - ডাক্তর বসন্তকুমার মনি গোল্ড মেডালিষ্ট,
এম:ডি: (চিকাগো) ১৯৩৮
- ৪৩। লাইয়েং - লাইরিক - লেংজবা - কবিরাজ শ্রীওক্রম ইবোমচা সিংহ,
এম:বি:এইচ: ধন্বন্তরি আয়ুৰ্বেদ হিদাকশং,
নম্বোল কৈথেল, ১৯৩৪-১৯৪৬
- ৪৪। লম্বাই লাইয়েং - লেংজবা -
১। শ্রীপুস্ত্রন্বম মেরা সিংহ, চিংঙা মখা
২। শ্রীনিংঙোস্ত্রম মাধব সিংহ, খোংনাং ফৈদেকপী
৩। শ্রী থোকচোম মনি সিংহ, থোঙাম লৈকাই,
১৯৫৪ ইং
- ৪৫। হিদাক্কোন খুংইদা লৈবশিং - পিপলস' ম্যাজিয়ম, ককচীং
- ৪৬। অঙ্কময়োল - শ্রী খুয়াইরাকপম নবকিশোর সিংহ, ১৯৪৮ ফেব্রুৱারী
- ৪৭। মৈতৈ ময়েস্তা লৈবা হিদাক্কোনশিং - মনিপুর ষ্টেট কলা একাদেমি (এম:এস:কে:এ:),
ইম্ফাল।



About the Author :

Born of an experienced rural elder with extensive travels in the hills and the Kobo Valleys in Myanmar, Mayanglambam Gourachandra (b. 1945) imbibed a thirst for travel and human experience in the grassroots. Cultivated native idioms of communication and collection of lores, legends and stories of unknown figures and events in the peripheral sub-alter societies later transforming the gathered knowledge to storage and preservation of cultural material. Was the founder of the first rural grassroots Museum in the state the Peoples' Museum in 1981, after nearly twenty years of cultural interactions.

Studied the archaic Meitei script and culture in 1966, sitting in the study rooms of traditional elders like Rajkumar Priyogopalsana, Chongtham Hera (Meitei storyteller) and Sallungpham Kala Samjetsabam (custodian of traditional Puyas) and Thokchom Thokachanba (Meitei ideologue) and later became associated with elders like Naorem Amuyaima (Pandit Acouba of Pandit Loishang), Padmashree Ningthoukhongjam Khelchandra, and Rajkumar Sanahal B. Com., Ch. Manihar Singh (Professor and Head Dept. of Manipur Assam University, Silchar) whose influence helped expand the world outlook of Gourachandra. Was able to collect traditional original manuscripts of Manipuri culture numbering more than one thousand. All his collections had been microfilmed by the Indira Gandhi National Centre for the Arts, New Delhi.

As main inspirer of the Museum culture at grassroot levels, the ethnological museum started collecting pre-historic stone tools, tribal ornaments, war implements of different tribes and communities. There are original costumes, astrological and religious manuscripts, bamboo and cane materials, pottery and many varied artifacts of the different communities of Manipur. The Peoples' Museum is among the richest repository of Manipuri culture, not only in the southeast of Manipur but probably among the best non-government, privately initiated grassroot cultural institutions in the state.

Achievements :

Had secured the Manipur State Kala Academy Fellowship in Ancient Manipuri Literature in 1979, and started organizing the toponomic collection of ancient Manipur namely "Lamiton". Was awarded the Senior Fellowship in research and studies of Ancient Hymns and Chants in traditional Manipuri custom as form of psychotherapy and later in aspect of collection of ancient Folk Poetry of rural and tribal communities. Has published eighteen books on Manipuri culture, religion and anthropological material namely Lemaren Sekning (1975), Khamoi Yangmoi (1975), Khamiang Pawani Ahuiron (1977), Thawan Thaba Hiran (1978), Shai Kao (1978), Nongkhrang (1980), Anba Meiteigi Sheitha (1981), Sanamah: Laihui (1982), Bimbahu Tuba (1984), Erat Thounirol (1988), Yakhuiron (1988), Meitei Kangleiron (1989), Chandragantha (1990), Anba Meiteilongi Ramayana (1991), Kwatha Chingchit Taba Meitei Khun (1995), Manipurda Yotshung Yotsha (1997), Meitrabakki Puwanida Kakching (2000), Lamiton (2003).

For the Museum, he had organized extensive exhibition in the state: Earthenware Exhibition (1982), Old Manuscripts (1982), Indigenous Iron Technology of Kakching (1997) etc. and other cultural events for the people of Kakching.

Associations :

Is still a member of the Archives Committee of Manipur State Kala Akademi (1981 till date), Manipur University Museum Committee (1982-1996), All India Peace and Solidary Organization (1980 till date), Life member, Kakching Dramatic Union (1980), Member, Sahitya Seva Samiti, Kakching (1980 till date), Writers' Association, Kakching (1975 till date), Founder Member, kakching Art College (1980), and member of the Executive Board, Forum For Laboratory Theatres of Manipur (1991 till date). Mayanglambam Gourachandra is also an executive member of the Alliance for Development Alternatives Manipur (ADAM), H. O. Kakching and regularly contributing articles in the "Anouba Manganal", a bimonthly publication of ADAM.